Рыбные блюда

Рецепты на любой вкус

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Эта книга станет настоящей палочкой-выручалочкой для всякой домохозяйки или домохозяина, которым нужно удивить гостей или побаловать домашних интересным рыбным блюдом. Здесь можно найти рецепты на любой вкус, которые помогут очаровать самого капризного гурмана. Канапе, салаты, пасты из рыбы, супы, похлебки, множество видов ухи, а также рыбные шашлыки, пироги, блюда из раков, заправки… Замучаетесь пальчики облизывать!

- Агафья Звонарева
  - Закуски из рыбы
    - Сельдь по-русски
    - Сельдь маринованная
    - Рыба под майонезом по-сибирски
    - Рыба заливная
    - Сельдь под «шубой»
    - Щука, фаршированная целиком
    - Рулетики из сельди с грибами
    - Форшмак
    - Паштет из сыра и сардин
    - Паштет из рыбы и сыра
    - Паштет из печени трески
    - Паста селедочная
    - Масло с креветками
  - Рыбные салаты
    - Салат из свежей рыбы
    - Салат из рыбы и креветок
    - Салат из рыбы с морковью
    - Салат из копченой рыбы с хреном
    - Салат из трески с хреном
    - Салат из осетровой рыбы
    - Салат из лососины
    - Салат из ледяной рыбы
    - Салат из ставриды горячего копчения
    - Салат из сельди
    - Салат из сельди с фасолью
    - Салат из сельди с горчицей
    - Салат из сельди с яблоками
    - Салат из сельди со сливками
    - Салат из свеклы и сельди
    - Салат из анчоусов

- Салат из шпрот
- Салат из сайры
- Салат рыбный с фасолью
- Салат из печени трески
- Салат из кальмаров с яйцами
- Салат из кальмаров или сайры с яблоками
- Салат из кальмаров
- Салат из креветок
- Салат из крабов с рисом
- Салат из крабов с грибами
- Салат из крабов или раков

○ Бутерброды с рыбой
- Бутерброд с отварной севрюгой, осетриной, белугой
- Бутерброд с сельдью и взбитым майонезом
- Бутерброд с жареной сельдью и маринованным луком
- Бутерброд с рубленой сельдью и тертым сыром
- Бутерброд финский
- Бутерброд с заливной рыбой
- Бутерброд с вареной сельдью и майонезом
- Канапе с креветками
- Канапе с филе сельди
- Канапе с икрой

○ Первые блюда
- Бульон рыбный
- Щи с рыбой
- Щи зеленые с рыбой
- Солянка рыбная
- Солянка рыбная жидкая
- Похлебка по-суворовски
- Похлебка из осетрины с грибами
- Суп картофельный с рыбой по-домашнему
- Суп лимонный с рыбой
- Рыбный суп с перцем
- Рыбацкий суп
- Рождественский суп из карпа
- Суп из раков
- Суп из угря
- Рыбный суп с тимьяном
- Суп-пюре из рыбы
- Окрошка рыбная
- Ботвинья
- Ботвинья сборная

- Борщ холодный с морской рыбой
- Щучина

- Уха
  - Уха бурлацкая
  - Уха двойная
  - Уха тройная
  - Уха деликатесная
  - Уха из налима
  - Уха из разной рыбы
  - Уха из стерляди деликатесная
  - Уха из стерляди на шампанском
  - Уха на ниточках
  - Уха обыкновенная
  - Уха прозрачная
  - Ростовская уха
  - Уха рядовая из речной рыбы
  - Уха рыбацкая
  - Уха сборная
  - Уха с картофелем и помидорами
- Вторые блюда
  - Рыба, запеченная по-московски
  - Рыба, жаренная после варки
  - Рыба, жаренная в тесте
  - Рыба, жаренная во фритюре
  - Рыба, запеченная под соусом
  - Рыба, запеченная с грибами
  - Рыба, запеченная с картофелем
  - Фаршированная рыба, запеченная на противне
  - Рыба с картофелем
  - Рыба, припущенная в молоке
  - Фаршированная рыба
  - Щука, запеченная под сметанным соусом
  - Щука, тушенная с хреном
  - Щука тушеная
  - Щука, запеченная с капустой
  - Стерлядь с пряностями
  - Стерлядь
  - Тушеная ставрида
  - Карп отварной по-волжски
  - Карась отварной в сметанном соусе
  - Камбала отварная с соусом луковым
  - Хек отварной с картофелем
  - Форель, фаршированная гусиной печенкой
  - Скумбрия, фаршированная овощным перцем

- Форель отварная
- Форель в белом вине
- Белуга в рассоле
- Треска, запеченная в майонезе, с салатом из зеленого лука
- Треска, запеченная в белом соусе
- Треска, щука, налим с грибами
- Рыба по-русски
- Осетрина, запеченная с грибами
- Осетрина, белуга, севрюга по-русски
- Осетрина с макаронами
- Лососина в тесте
- Судак, запеченный с картофелем под белым соусом
- Судак, запеченный с макаронами, под молочным соусом
- Судак (или карп, щука), запеченный с шампиньонами
- Судак, фаршированный целиком
- Судак, рубленный в сухарях
- Филе судака в белом вине
- Судак с яйцом
- Макрель в форме
- Пеламида запеченная
- Жерех запеченный
- Кефаль запеченная
- Килька, запеченная с макаронами
- Мойва с картофелем, запеченная по-русски
- Окунь морской, запеченный с грибами, луком и картофелем под сметанным соусом
- Печеные сардины
- Сайра с помидорами
- Салака с картофелем и шпиком
- Скумбрия с грибами
- Сом, запеченный в томатном соусе с грибами
- Рыбные рулеты, запеченные с грибами
- Зразы рыбные по-бурлацки
- Рыбные котлеты с маслом
- Рыбное филе, запеченное с цветной капустой
- Сиг, запеченный с кабачками в сметанном соусе
- Окунь морской, тушенный с огуречным рассолом и овощами
- Клыкач в сметане с гречневой кашей
- Судак со щавелем

- Соте из судака
- Судак с грибным фаршем
- Судак запеченный закусочный
- Судак, запеченный с цветной капустой под молочным соусом
- Судак, запеченный в раковинах
- Треска, запеченная под луковым соусом с грибами
- Треска с помидорами
- Карп с грибами
- Камбала в суфле из сыра
- Рыба в соусе
- Хек в молоке

- Рыбные шашлыки
  - Шашлык из судака
  - Шашлык из осетрины
  - Шашлык из щуки
  - Шашлык из белуги
  - Шашлык из шамайки
  - Шашлык из кутума
  - Шашлык из жереха
  - Шашлык из лососины
  - Шашлык из судака с лимоном
  - Шашлык-ассорти из рыбы
  - Шашлык из рыбных трубочек
  - Шашлык из белуги с лимоном
  - Шашлык из белуги (бастурма)
  - Шашлык из речной рыбы
  - Люля-кебаб из судака
  - Рыба, запеченная в фольге
  - Рыба, запеченная в золе
  - Рыба, печенная на камне
  - Сельдь, фаршированная грибами, запеченная в фольге
  - Усач, запеченный в фольге
  - Угорь печеный
  - Рыба печеная с хреном
  - Рыба, запеченная в бумаге
  - Рыба, приготовленная на рожне
  - Сельдь свежая, запеченная с яйцом
  - Скумбрия в фольге
- Блюда из теста с рыбой
  - Осетрина в тесте
  - Рыбный пирог

- Пирог сибирский с рыбой
- Многослойный пирог с рыбой и рисом
- Пирог с рыбой и картофелем
- Пирог с икрой
- Рыбная начинка
- Начинка из рыбы и риса
- Начинка из рыбного филе

- Блюда из раков
  - Раки вареные простые
  - Раки, сваренные по-русски
  - Раки вареные ароматные
  - Раки вареные с гарниром из петрушки
  - Цельные вареные раки
  - Вкусные раки
  - Раки, сваренные в вине
- Соусы и маринады для рыбных блюд
  - Горчичная заправка с яичным желтком
  - Горчичная заправка с майонезом
  - Салатная заправка
  - Салатная заправка со сметаной
  - Укропная заправка
  - Майонез домашний
  - Майонез с томатом
  - Майонез с томатным соком, сметаной и желе
  - Соус-хрен
  - Майонез розовый с желе
  - Соус белый рыбный с лимонным соком

Агафья Звонарева
РЫБНЫЕ БЛЮДА. РЕЦЕПТЫ НА ЛЮБОЙ ВКУС

Закуски из рыбы

Сельдь по-русски

Чистое филе сельди нарезать под углом широкими полосками, положить в селедочницу в форме сельди. Очищенные огурцы и вареную свеклу нарезать мелкими кубиками. Каперсы очень мелко нашинковать. Белки вареных яиц и желтки мелко нашинковать отдельно. На выложенное филе сельди по ширине полос, сочетая цвета (контраст) выложить ровно — огурцы, желток, белок, свеклу, каперсы.

С помощью кондитерского корнетика выпустить сливочное масло, взбитое со сметаной, по краям филе в виде змейки, посыпать зеленью.

***Состав**: сельдь — 2 шт., вареное яйцо — 1 шт., огурец — 1 шт., вареная свекла — 1 шт., каперсы — 1 ст. ложка, смесь масла и сметаны — 50 г, зелень.*

Сельдь маринованная

Чистое филе сельди нарезать, как указано выше. В кипяченую воду заложить репчатый лук, лавровый лист, перец горошком, уксус и сахарный песок и дать закипеть. Когда маринад остынет, добавить в него полуотваренную морковь. Филе сельди поместить в не-окисляющуюся посуду, залить маринадом и оставить в холодильнике на сутки.

При подаче на стол филе свернуть рулетом и сколоть шпажкой, полить маринадом, украсить репчатым луком, зеленью.

***Состав**: соленая сельдь — 2 шт., вода — 1 стакан, репчатый лук — 1 шт., лавровый лист, черный перец горошком, сахарный песок, 3 %-й уксус — 1 ст. ложка, морковь — 1 шт., зелень.*

Рыба под майонезом по-сибирски

Чистое филе трески, омуля, жереха припустить в воде с солью, перцем, лавровым листом. Затем охладить и нарезать на порционные куски. Овощи на гарнир нарезать мелкими кубиками.

Небольшое количество овощей заправить майонезом с ланспиком и выложить на блюдо в середину. Сверху выложить готовые куски рыбы, а по кругу — оставшийся гарнир. Рыбу полить майонезом, а гарнир — маслом.

Приготовление рыбного ланспика. Взять на 1 кг ланспика 40 г желатина, замочить его на 30 минут в воде. Соотношение желатина и воды должно быть 1:8. Как только желатин набухнет, до килограмма долить рыбный бульон и поставить на огонь, помешивая.

Нагреть до полного растворения желатина. После этого ланспик следует процедить через салфетку в другую посуду.

***Состав**: рыба — 500 г, майонез с ланспиком — 150 г, морковь — 100 г, картофель — 100 г, соленые огурцы — 100 г, зелень, специи.*

Рыба заливная

Чистое филе рыбы без костей отварить и нарезать на порции. Подготовленную рыбу уложить на противень, сверху ее украсить зеленью, лимоном, вареной морковью, закрепить частью охлажденного желе и дать остыть. Когда рыба застыла, а украшения закрепились, рыбу залить оставшимся желе. Полностью застывшую рыбу вырезать вместе с желе и подать на блюде с овощным гарниром или без. Рыбу можно залить в форме или в самом блюде. Отдельно подать соус хрен.

Приготовление рыбного желе. После обработки рыбы кожу, кости и чешую тщательно промыть, залить холодной водой, довести до кипения, добавить морковь, лук, коренья петрушки, другие приправы и варить 2 часа. Готовый бульон процедить. Далее ввести желатин (предварительно замоченный в воде), размешать до полного растворения, добавив соль, перец и лавровый лист.

Для осветления бульона приготовить оттяжку: яичные белки перемешать с холодным бульоном в пропорции 1:5, влить в горячий, но не кипящий бульон и довести до кипения. Затем кастрюлю с бульоном убрать с огня, дать отстояться 25 минут и процедить бульон через льняную ткань.

***Состав**: белуга — 280 г, осетрина — 250 г, севрюга — 265 г, свежая кета — 220 г, лосось — 215 г, форель — 215 г, сиг — 235 г, судак — 255 г, сазан — 250 г, сом — 270 г, карп — 250 г, щука — 250 г, лимон, зелень, морковь, готовое желе — 150 г, соус хрен — 50 г; **для желе**: рыбные отходы — 2 кг, желатин — 40 г, морковь — 25 г, лук — 25 г, петрушка — 15 г, сельдерей — 15 г, 9 %-й уксус — 15 г, яйцо (белок), лавровый лист, душистый перец, гвоздика, корица, соль.*

Сельдь под «шубой»

Сельдь очистить от внутренностей, кожи, отделить филе, удалить крупные и мелкие кости. Филе нарезать мелкими кусочками. Лук мелко нарезать, все остальные продукты измельчить на терке. На дно селедочницы положить лук, на него рыбу, затем слоями картофель, яйца, морковь, свеклу. Слой свеклы разровнять, залить майонезом. Поставить в холодильник на 3 часа.

Состав: *соленая сельдь — 2 шт., вареный картофель — 3 шт., репчатый лук — 1 шт., яйца — 3 шт., вареная морковь — 1 шт., вареная свекла — 2 шт., майонез — 4 ст. ложки.*

Щука, фаршированная целиком

У щуки надрезать кожу головы и осторожно, чтобы не порвать, снять ее целиком по направлению от головы к хвосту. Хребтовую кость надломить у хвостового плавника, в результате чего хвостовой плавник отделится вместе с кожей.

После снятия кожи щуку выпотрошить, промыть, отделить мякоть от костей и использовать ее для фарша, который готовится следующим образом. Репчатый лук пошинковать и обжарить, белый хлеб замочить в молоке. Мякоть рыбы, замоченный белый хлеб, репчатый лук пропустить 2 раза через мясорубку, соединить со сливочным маслом, добавить яйцо, соль, перец и все тщательно перемешать, взбивая до получения однородной пышной массы.

Подготовленным фаршем заполнить снятую со щуки кожу и придать ей форму целой рыбы. Отверстие зашить, завернуть в марлю, перевязать нитками. Завернутую рыбу отварить с добавлением соли и кореньев, затем вынуть ее из бульона, положить на противень, сверху поместить груз (рыба при этом должна лежать на боку). Когда рыба остынет, выложить ее на крутон и блюдо, приставить вареную голову, оформить сливочным маслом, лимоном. Гарнировать по периметру всевозможными овощами, нарезанными разной формы.

Подать к блюду томатный соус, сметанный соус, соус хрен, зелень.

***Состав**: щука — 2,2 кг, белый хлеб — 420 г, молоко — 450 г, репчатый лук — 900 г, сливочное масло — 200 г, чеснок — 25 г, яйца — 3 шт., специи, соус — 1 кг, лимон, зелень.*

Рулетики из сельди с грибами

Филе сельди слегка отбить и завернуть в него приготовленный фарш из пассерованного на растительном масле лука и измельченных, отваренных и поджаренных сушеных грибов, посыпать молотым перцем. Приготовленные рулетики разрезать пополам, уложить на них ломтики соленого огурца, а сверху — оставшийся фарш. Украсить листочками петрушки.

***Состав**: сухие грибы — 100 г, сельдь — 1 шт., лук — 1 шт., растительное масло — 1,5 ст. ложки, соленый огурец — 1 шт., петрушка.*

Форшмак

В молоке или холодном чае вымочить в течение 4 часов соленую сельдь, разделать ее на чистое филе без кожи и костей, пропустить через мясорубку, а затем еще раз вместе с замоченным белым хлебом, очищенным яблоком и репчатым луком. Полученную массу размешать, добавить размягченное сливочное масло и еще раз пропустить через мясорубку с мелкой решеткой. Добавить к ней лимонную кислоту, сахар, молотый перец и тщательно взбить. Сваренное вкрутую яйцо разделить на белок и желток. Белки очень мелко порубить и перемешать со взбитой массой. Готовый форшмак выложить в селедочницу в форме рыбки. Желток протереть через мелкую терку, добавить уксус, сахар, соль, перец, хорошо размешать и этим соусом полить форшмак. Украсить мелко нарезанным зеленым луком и зеленью петрушки.

***Состав**: филе соленой сельди — 4 шт., белый хлеб — 2 ломтика, лук — 1 шт., яблоко — 1 шт., сливочное масло — 4 ст. ложки, яйцо — 1 шт., 3 %-й уксус — 1 ст. ложка, зелень — 60 г, лимонная кислота, сахарный песок, перец, молоко или чай.*

Паштет из сыра и сардин

Растертый сыр, сардины в масле, мелко нарезанный лук очень хорошо вымешать и заправить лимонным соком, затем посолить.

Состав: *плавленый сыр — 300 г, сардины в масле — 150 г, репчатый лук — 20 г, лимонный сок и соль.*

Паштет из рыбы и сыра

Сливочное масло и сардины в масле растереть в эмалированной посуде, добавить измельченные на терке вареные желтки, сыр и майонез. Потом добавить белки вареных яиц, нарезанные кубиками, тертый хрен, все это вместе заправить лимонным соком и солью.

Состав: *консервированные сардины — 1 банка, сыр — 80 г, майонез — 80 г, хрен — 40 г, яйца — 4 шт., лимон — 1,5 шт., сливочное масло — 60 г, соль.*

Паштет из печени трески

Растертые отдельно масло и творог с молоком соединить и хорошо взбить в однородную массу, добавить печень трески, пропущенную через мясорубку с мелкой решеткой, очень мелко нарезанный репчатый лук, соль, молотый перец и хорошо вымешать.

Состав: *творог — 300 г, сливочное масло — 100 г, печень трески — 85 г, репчатый лук — 25 г, соль, молотый перец, молоко.*

Паста селедочная

Сельдь вымочить, очистить, отделить филе. Филе с желтком пропустить через мясорубку. Измельченную массу тщательно растереть с маслом или маргарином.

Состав: *соленая сельдь — 1 шт., вареный желток — 1 шт., масло или маргарин — 50 г.*

Масло с креветками

Размягченное сливочное масло смешать с соком консервированных креветок, томат-пюре.

***Состав**: сливочное масло — 500 г, креветки — 150 г, томат-пюре.*

Рыбные салаты

Салат из свежей рыбы

Рыбу отварить в небольшом количестве воды, освободить ее от костей, разрезать на кусочки. Все остальные продукты нарезать кубиками и смешать с рыбой. Заправить салат майонезом и горчицей, поперчить и посолить.

Состав: *рыба — 300 г, помидоры — 2 шт., соленые огурцы — 2 шт., лук — 1 шт., яблоки — 2 шт., майонез — 0,5 банки, горчица, перец, соль.*

Салат из рыбы и креветок

Отварной и очищенный картофель нарезать кубиками, добавить вареную рыбу, огурцы, очищенные от кожицы и семян, помидоры и яблоки, нарезанные ломтиками, а также мелко нарезанный зеленый салат и мясо креветок. Заправить майонезом, перемешать, украсить листьями зеленого салата, дольками помидора и яблока.

Состав: *вареная рыба — 400 г, мясо креветок — 50 г, картофель — 5 шт., соленые огурцы — 2 шт., яблоки — 2 шт., помидоры — 2 шт., зеленый салат — 2 пучка, майонез — 1 банка.*

Салат из рыбы с морковью

Вареную или жареную рыбу и вареную морковь разрезать на одинаковые кусочки и положить в салатницу. Морковь можно добавить и в сыром виде, предварительно натерев. Залить майонезом, заправленным хреном, посыпать зеленью и кусочками красного стручкового перца.

Состав: *вареная или жареная рыба — 250 г, морковь — 4 шт., тертый хрен — 3 ст. ложки, майонез — 1 стакан, зелень — 2 ст. ложки, красный перец — 2 стручка.*

Салат из копченой рыбы с хреном

Копченую рыбу очистить, нарезать мелкими кусочками, уложить на блюдо или в миску. Сверху положить ломтики сваренного вкрутую яйца, при желании — вареный картофель. Майонез заправить хреном, залить им салат, украсить зеленью.

Состав: *копченая рыба (треска, салака, окунь) — 400 г, яйца — 2 шт., тертый хрен — 2 шт., картофель — 3 шт., майонез, сметанный или творожный соус — 1 стакан, зелень.*

Салат из трески с хреном

Отварить треску и отделить кости. Рыбу нарезать кусочками, картофель и огурцы — ломтиками. Все продукты перемешать. Заправить майонезом, в который предварительно добавить тертый хрен, уксус и соль. Сверху украсить зеленым луком.

***Состав**: треска — 300 г, картофель — 4 шт., огурец — 2 шт., тертый хрен — 1 ч. ложка, майонез — 0,5 банки, уксус, зеленый лук, соль.*

Салат из осетровой рыбы

Рыбу, картофель и яйца отварить. Нарезать тонкими ломтиками огурцы, отварную рыбу. Листья зеленого салата нарезать довольно крупно. Все осторожно перемешать, заправить майонезом, посолить и выложить в салатник горкой. Украсить ломтиками рыбы и кружками крутых яиц.

Состав: *осетрина — 300 г, картофель — 3 шт., огурцы — 2 шт., зеленый салат — 1 пучок, яйца — 2 шт., майонез — 1 банка, соль.*

Салат из лососины

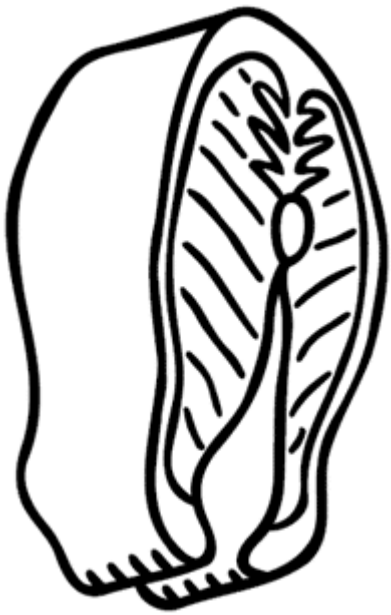
Лососину нарезать кусочками, яйца и огурец покрошить. Все перемешать с отварным рисом и майонезом.

***Состав**: лососина — 200 г, яйца — 2 шт., соленый огурец — 1 шт., рис — 1 стакан, майонез — 1 банка.*

Салат из ледяной рыбы

Рыбу припустить, нарезать кусочками, смешать с отварной морковью, нарезанной кружками, заправить растительным маслом и уксусом, посолить и засыпать зеленью.

Состав: *филе рыбы — 300 г, морковь (вареная) — 6 шт., уксус (разведенный) — 2 ст. ложки, растительное масло — 3 ст. ложки, зелень петрушки, соль.*



Салат из ставриды горячего копчения

Отварить и охладить картофель, морковь, свеклу, очистить их от кожицы и нарезать кубиками, добавить рубленый зеленый лук, посолить, залить майонезом и перемешать. С рыбы снять филе без кожи и костей. На блюдо положить листья зеленого салата, на них — подготовленную рыбу и залить майонезом, а вокруг расположить овощной салат.

***Состав**: ставрида — 2 шт., картофель — 2 шт., морковь — 1 шт., свекла — 1 шт., зеленый лук — 50 г, майонез — 0,5 банки, зеленый салат.*

Салат из сельди

Свежие красные помидоры, тушеные грибы, сельдь, репчатый лук нарезать кубиками. Майонез смешать с творогом и молоком. Все продукты перемешать и выложить в салатник.

Состав: *хорошо вымоченная сельдь — 2 шт., помидоры — 250 г, тушеные шампиньоны — 125 г, тушеные белые грибы — 125 г, лук — 80 г, молоко — 0,5 стакана, майонез — 75 г, творог — 1 ст. ложка.*

Салат из сельди с фасолью

Вымоченную сельдь очистить от костей, снять кожицу, нарезать кусочками, вареный картофель — кубиками, вареные стручки фасоли — кусочками длиной 1,5 см. Все продукты перемешать или выложить отдельными горками на блюдо, полить салат соусом или подать его отдельно. Украсить помидором, вареным яйцом и зеленью.

Состав: *сельдь — 1 шт., картофель — 6 шт., фасоль — 400 г или консервированная фасоль — 0,5 банки, сметанный соус — 1 стакан, яйцо — 1 шт., помидор — 1 шт., зелень.*

Салат из сельди с горчицей

Соленую сельдь замочить в молоке, разделать на чистое филе без кожи и костей и нарезать маленькими кубиками. Яйца для соуса взбить вместе с уксусом и вылить в посуду с мелко рубленным репчатым луком, поставить на огонь и прогреть (яйца должны свернуться). Заправить соус сахаром, растительным маслом, горчицей и охладить.

В селедочницу или салатник выложить кусочки сельди и залить приготовленным соусом. При подаче украсить зеленью петрушки и фигурно нарезанными дольками вареного яйца.

Состав: *сельдь — 150 г, лук — 60 г, растительное масло — 1 ст. ложка, сырое яйцо — 1 шт., уксус — 20 г, горчица — 2 ч. ложки, сахарный песок — 25 г, вареное яйцо — 1 шт., зелень, молоко.*

Салат из сельди с яблоками

Сельдь замочить в молоке, разделать на чистое филе и нарезать ломтиками. Очищенные от кожицы и семян яблоки, вареный картофель нарезать также ломтиками, репчатый лук, белки вареных яиц мелко порубить. Все это перемешать и полить заправкой.

Приготовление заправки. Оливковое масло смешать с уксусом, протертыми на терке желтками яиц, солью, перцем, сахаром, горчицей и сливками.

При подаче украсить зеленью петрушки или укропа.

***Состав**: сельдь — 150 г, яблоки — 1 шт., картофель — 2 шт., репчатый лук — 40 г, вареные яйца — 2 шт., зелень, молоко; **для заправки**: оливковое масло — 25 г, уксус — 10 г, яичные желтки — 1 шт., горчица — 5 г, сахар, соль, перец.*

Салат из сельди со сливками

Чистое филе сельди без кожи и костей, вареный картофель, маринованную свеклу, соленые огурцы без кожицы и семян, яблоки без кожицы и семян нарезать ломтиками, репчатый лук мелко порубить. Все подготовленные продукты перемешать с добавлением вареного мяса, нарезанного ломтиками, и маринада свеклы, посолить, поперчить. При подаче салат выложить в салатник горкой, украсить дольками вареных яиц, свеклы, полить взбитыми сливками и украсить свежей зеленью.

***Состав**: сельдь — 150 г, картофель — 2 шт., маринованная свекла — 100 г, соленые огурцы — 60 г, лук — 30 г, яблоки — 60 г, вареная говядина — 50 г, вареное яйцо — 1 шт., сливки — 45 г, соль, перец, зелень.*

Салат из свеклы и сельди

Свеклу и яблоки натереть на овощной терке. Сельдь очистить от костей и нарезать полосками, лук мелко порубить. В плоское блюдо выложить слоями свеклу, яблоки, сельдь, заливая каждый слой подсоленной сметаной. Салат засыпать рубленым зеленым луком. К нему можно добавить отварную морковь, корень сельдерея и репчатый лук.

***Состав**: сельдь — 3 шт., свекла — 1 шт., яблоко — 2 шт., сметана — 1 стакан, зеленый лук — 100 г, соль.*

Салат из анчоусов

Сваренные картофель и сельдерей очистить от кожицы, нарезать брусочками, огурцы и репчатый лук мелко изрубить. Анчоусы нарезать полосками. Все перемешать с заправкой, приготовленной из готовой горчицы, растительного масла, лимонного сока и 2 столовых ложек воды, приправить солью и сахаром по вкусу. Выложенный на блюдо салат украсить зеленым салатом и маринованными сливами, маринованными грибами и мелкими помидорами.

***Состав**: картофель, сваренный в кожуре — 250 г, вареный сельдерей — 250 г, соленые огурцы — 100 г, репчатый лук — 50 г, анчоусы — 7 шт., растительное масло — 3 ст. ложки, готовая горчица — 2 ст. ложки, лимонный сок, соль, сахар.*

Салат из шпрот

Шпроты нарезать маленькими кусочками, очищенные от кожуры огурцы нарезать полосками, яйца не слишком мелко порубить, лук измельчить. Масло из консервной банки смешать со сметаной, добавить горчицу, посолить и залить смесью продукты. Все перемешать.

Состав: *шпроты — 1 банка, огурцы (свежие или консервированные) — 2 шт., яйца — 3 шт., лук — 1 шт., сметана — 2 ст. ложки, горчица, соль.*

Салат из сайры

На блюдо поочередно выложить слоями заранее подготовленные продукты: мелко искрошенные белки яиц; натертый на мелкой терке сыр; растертую вилкой сайру; нарезанный кружочками лук; половину общего количества майонеза; 3 измельченных желтка; предварительно замороженное, а потом натертое сливочное масло; сверху залить оставшимся майонезом. Готовый салат-«торт» обсыпать смесью из желтков 2 яиц и рубленого зеленого лука.

***Состав**: сайра — 1 банка, яйца — 5 шт., сыр — 100 г, зеленый лук, майонез — 1 банка, сливочное масло — 50 г.*

Салат рыбный с фасолью

Морковь, корень сельдерея, свеклу, стручковую фасоль отварить вместе, сухую фасоль — отдельно. Остудить и нарезать мелкими кубиками или ломтиками. Рыбные консервы измельчить, соединить с нарезанными овощами и заправить майонезом.

Салат выложить в салатник, украсить дольками или кружочками вареного яйца, сыром, нарезанным кубиками или ромбиками, веточками зелени петрушки или просто мелко резанной зеленью.

Состав: *рыбные консервы в масле — 250 г, морковь — 150 г, сельдерей — 50 г, свекла — 100 г, стручковая фасоль — 50 г, сухая фасоль — 50 г, яйцо — 1 шт., сыр — 30 г, майонез, зелень петрушки.*

Салат из печени трески

Печень трески, сваренные вкрутую яйца и лук нарезать и смешать с консервным соком. Можно добавить и копченую рыбу. Украсить зеленью, ломтиками помидора или стручкового перца.

Состав: *печень трески — 1 банка, яйца — 6 шт., лук — 2 шт., зеленый лук, помидоры — 1 шт. или красный перец — 1 стручок.*

Салат из кальмаров с яйцами

В кипящую воду положить лавровый лист, соль, перец горошком и другие специи по вкусу. Довести до кипения и поварить 5 минут. Кальмаров помыть и опустить в кипящую воду на несколько минут. Затем вынуть и очистить. Нарезать тонкими длинными полосками, добавить рубленые яйца, лимонный сок, перец и заправить майонезом. Все как следует перемешать.

***Состав**: филе кальмара — 500 г, яйца — 4 шт., лимон — 0,5 шт., майонез — 0,75 банки, лавровый лист — 2 шт., душистый перец — 5 горошин, соль, молотый черный перец, специи.*

Салат из кальмаров или сайры с яблоками

Сайру изрубить, кальмаров тщательно промыть и изрубить. Смешать с рублеными яйцами и другими продуктами. Можно добавить также сок из консервов и майонез. Украсить ломтиками лимона и укропом.

Состав: *кальмары или сайра — 1 банка, яйца — 3 шт., кислые яблоки — 3 шт., репчатый лук — 1 шт. или зеленый лук — 50 г, майонез — 0,5 банки, укроп, лимон.*

Салат из кальмаров

Очищенных и промытых кальмаров облить горячей водой и снять кожицу. Опустить в кипящую воду на 2 минуты, вынуть, порезать соломкой, добавить лук, зеленый горошек, соль, перец. Заправить растительным маслом.

Состав: *кальмары — 500 г, лук — 1 шт., зеленый горошек — 100 г, растительное масло — 2 ст. ложки, соль, перец.*

Салат из креветок

Соленые огурцы и картофель, сваренный на пару, нарезать тонкими ломтиками, смешать с очищенными отварными креветками, зеленым горошком и майонезом. Посолить, поперчить и перемешать. Выложить в салатник, украсить листьями зеленого салата, креветками, дольками помидоров, посыпать мелко рубленной зеленью петрушки и укропа.

***Состав**: отварные креветки — 400 г, картофель — 5 шт., соленые огурцы — 2 шт., зеленый горошек — 0,5 стакана, помидор — 1 шт., майонез — 1 банка, зеленый салат, петрушка, укроп, перец, соль.*

Салат из крабов с рисом

Сварить рассыпчатый рис. Мясо крабов разделать, как в предыдущем рецепте. Яйца мелко порубить. Все компоненты соединить, заправить соком крабов, майонезом и все перемешать. В этот салат можно добавить немного натертого сыра.

***Состав**: крабы или креветки — 1 банка, рис — 0,5 стакана, сваренные вкрутую яйца — 4 шт., майонез — 1 банка, тертый сыр.*

Салат из крабов с грибами

Грибы отварить в воде и откинуть на дуршлаг. Яйца сварить вкрутую. Сельдерей отварить до мягкости, очистить и нарезать мелкими кубиками. Так же нарезать очищенный соленый огурец, грибы, яйца и очищенных от кожных пластинок крабов. Все перемешать и заправить майонезом. Положить в салатницу и украсить кружками яиц и помидоров.

***Состав**: крабы — 1 банка, корень сельдерея — 1 шт., соленые огурцы — 1 шт., свежие белые грибы — 200 г, яйца — 2 шт., майонез — 1 банка.*

Салат из крабов или раков

Крабов или мясо раковых шеек и клешней нарезать кусочками, добавить измельченные крутые яйца, рис, икру и зелень. Майонез смешать со взбитыми сливками, залить им продукты. Украсить зеленью, ломтиками лимона и кусочками крабов или раков.

Состав: *крабы — 2 банки или вареные раки — 20 шт., яйца — 2 шт., икра — 2 ст. ложки, зеленый лук, укроп, ломтики лимона, майонез — 0,5 банки, 35 %-е сливки — 0,5 стакана, вареный рис — 2 стакана.*

Бутерброды с рыбой

Бутерброд с отварной севрюгой, осетриной, белугой

Ломтик пшеничного хлеба намазать сливочным маслом, поместить на него кусочек отварной рыбы и посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

***Состав**: отварная рыба — 25 г, сливочное масло — 5 г, пшеничный хлеб — 30 г, зеленый лук.*

Бутерброд с сельдью и взбитым майонезом

Сваренную сельдь охладить, положить на пирожковую тарелку, полить взбитым майонезом и поставить на холод. На ломтики хлеба поместить листики салата, а сверху — рыбу с застывшим взбитым майонезом, украсить веточкой укропа.

Состав: *хлеб — 3 ломтика, салат, рыба — 3 кусочка, взбитый майонез — 3 ст. ложки, укроп.*

Бутерброд с жареной сельдью и маринованным луком

Разделанную на филе сельдь (без кожи и костей) посолить, обвалять в муке и обжарить на растительном или оливковом масле, охладить. На ломтики хлеба поместить маринованный репчатый лук, сверху — сельдь, а на нее — опять маринованный лук и посыпать зеленью.

***Состав**: хлеб — 3 ломтика, сельдь — 3 порции, мука — 1 ст. ложка, масло — 2 ст. ложки, маринованный лук — 2 ст. ложки, зелень — 1 ч. ложка, соль.*

Бутерброд с рубленой сельдью и тертым сыром

Ломтики хлеба намазать сливочным маслом. Сверху поместить рубленую сельдь и посыпать тертым сыром.

Приготовление рубленой сельди. Чистое филе вымоченной сельди порубить на деревянной доске вместе с сырым репчатым луком, сваренными вкрутую яйцами до получения однородной массы, затем добавить черствый белый хлеб без корок, предварительно замоченный в винном уксусе, натертое антоновское яблоко, соль, сахарный песок, растительное масло, молотый перец и хорошо перемешать.

***Состав**: хлеб — 3 ломтика, сыр — 3 ст. ложки, сливочное масло — 3 ч. ложки; **для рубленой сельди**: сельдь — 2 шт., белый хлеб — 100 г, яйца — 2 шт., яблоко — 1 шт., репчатый лук — 1 шт., растительное масло — 1 ст. ложка, сахарный песок — 0,5 ч. ложки, винный уксус — 2 ст. ложки, соль и молотый перец.*

Бутерброд финский

Чистое филе сельди нарезать полосками под углом. Ломтик ржаного хлеба намазать сливочным маслом. На половину хлеба уложить нарезанную сельдь, а на другую — кружочки вареного яйца. При подаче посыпать мелко измельченным зеленым луком.

Бутерброд с заливной рыбой

Осетрину, белугу, севрюгу отварить. Рыбу нарезать кусочками по размеру ломтика пшеничного хлеба. Украсить звездочками лимона, фигурками из вареной моркови и залить готовым ланспиком (см. Рыба под майонезом по-сибирски). Как только ланспик остынет, положить заливное на ломтик хлеба. Украсить зеленью.

***Состав**: рыба — 25 г, лимон — 5 г, морковь — 5 г, пшеничный хлеб — 30 г, зелень, ланспик — 25 г.*

Бутерброд с вареной сельдью и майонезом

Ломтики хлеба намазать майонезом, сверху положить листик зеленого салата, на салат — кусочек вареной или припущенной сельди, снова полить майонезом и посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

Состав: *хлеб — 3 ломтика, вареная сельдь — 3 порции, майонез — 1 ст. ложка, салат — 3 листика, нарезанный зеленый лук — 3 ч. ложки.*

Канапе с креветками

Очистить креветки, отделить только их шейки и смешать с соусом майонез. Смазать этой смесью гренки, придав им форму по выбору, разровнять смесь и положить на каждый гренок по кусочку соленого огурца. По краешку сделать ободок из мелко нарезанной петрушки.

Состав: *хлеб — 350 г, сливочное масло — 80 г, креветки — 250 г, петрушка.*

Канапе с филе сельди

Вымочить в молоке филе сельди и потушить ее, после чего нарезать крупными полосками. Нарезать крупной соломкой картофель, поджарить во фритюре и смешать с яблоками, также нарезанными крупной соломкой. Прибавить приготовленную смесь и перемешать все с майонезом.

Состав: *хлеб — 350 г, сельдь — 100 г, сливочное масло — 150 г, картофель — 200 г, яблоки — 100 г, майонез — 150 г.*

Канапе с икрой

Гренки произвольной формы смазать сливочным маслом и сверху положить икру без примесей. Гарнировать кусочками зеленого лука.

Состав: *хлеб — 350 г, сливочное масло — 80 г, кетовая или зернистая икра — 200 г.*

Первые блюда

Бульон рыбный

Наиболее наваристые, ароматные рыбные бульоны варят из так называемой рыбной мелочи.

Если бульон варится из крупной рыбы, ее прежде всего надо разделать: очистить от чешуи, разрезать брюшко, вынуть внутренности, промыть, нарезать на порционные куски, из голов вынуть жабры. Приготовленную таким образом рыбу положить в кастрюлю, залить холодной водой, посолить, добавить коренья и нарезанный ломтиками лук. Кастрюлю закрыть крышкой, поставить на огонь, довести до кипения, снять пену и варить при слабом кипении полчаса. После этого куски рыбы вынуть, а голову и плавники продолжать варить еще 20 минут.

Бульон можно приготовить и из рыбных пищевых отходов. Для этого потребуется около килограмма голов, хвостов, костей, кожи, плавников и т. д. Отходы заливают холодной водой, добавляют корни петрушки, сельдерея, репчатый лук, лавровый лист и перец горошком. Доводят до кипения, снимают пену и жир, затем варят на слабом огне при едва заметном кипении около часа, периодически удаляя пену.

Иногда, кроме соблюдения режима варки рыбных бульонов, применяют и специальное осветление их. Для этой цели готовят так называемую оттяжку, например, из сырых белков. В бульон в конце варки добавляют уксус и слегка взбитый белок и взбивают отвар веничком. Взбивание продолжают до тех пор, пока бульон не закипит, после чего снимают с огня, дают отстояться в течение получаса и процеживают через чистую полотняную ткань, смоченную в холодной воде. Так же осветляют бульоны и отвары для заливных блюд.

Готовый рыбный бульон используют для приготовления супов и солянок.

При варке рыбы со специфическим запахом и вкусом хорошо добавить в бульон огуречный рассол (1 стакан на 1 л воды) или кожицу от соленых огурцов — специфический запах и вкус ослабятся.

***Состав**: рыба — 600 г, лук — 1 шт., петрушка — 1 корень, лавровый лист, перец — 5 горошин, вода — 3 л.*

Щи с рыбой

Овощи промыть, очистить, нарезать крупными кубиками и сварить отдельно в воде. Лук спассеровать на масле, прибавить муку, красный перец, томат-пюре, а затем туда же ввести и овощи. Очищенную рыбу нарезать на куски и положить в спассерованные овощи.

Варить суп 15 минут. Положить мелко нарезанную зелень петрушки. Заправить кислым молоком и яйцами, прибавить черный перец и лимонную кислоту по вкусу.

Обычно суп подают горячим, но если он приготовлен на сливочном масле, его можно подавать и холодным.

***Состав**: осетрина или сом — 500 г, лук — 100 г, сельдерей — 100 г, капуста — 150 г, томат-пюре — 30 г, картофель — 150 г, помидоры — 150 г, масло — 100 г, кислое молоко — 120 г, яйцо — 2 шт., вода — 1,5 кг, петрушка — 15 г, лимон — 1 шт., красный перец, черный перец, мука — 30 г.*

Щи зеленые с рыбой

Подготовленную и выпотрошенную рыбу разделать на филе с кожей, но без костей. Нарезать порционными кусками. Из голов, хвостов и костей приготовить бульон, добавив специй. Перебранные листья щавеля и шпината отварить и протереть через сито вместе с бульоном. Нарезать мелкими кубиками морковь и нашинковать репчатый лук. Слегка обжарить и за 2 минуты до окончания жаренья добавить мелко нарезанный зеленый лук. Куски рыбы посолить, обвалять в муке и обжарить до полуготовности с обеих сторон. Процедить бульон, в котором варились рыбные отходы, и соединить его с пюре из шпината и щавеля и обжаренными овощами. Добавить рыбу, соль и поварить все вместе 12 минут.

***Состав**: рыба — 1 кг, щавель и шпинат — по 300 г, петрушка и сельдерей — по 1 корню, лук — 2 шт., морковь — 2 шт., лавровый лист, лук-порей — 1 стебель, перец — 5 горошин, зеленый лук — 50 г, мука и масло — по 1 ст. ложке, сметана — 100 г, соль, перец молотый.*

Солянка рыбная

Для приготовления солянки можно брать любую свежую рыбу, но не мелкую и не очень костлявую. Хорошая солянка получается из осетровой рыбы (осетрины, севрюги, белуги, стерляди).

Снятое филе рыбы нарезать кусочками, по 3 на порцию, а из костей и голов сварить бульон. Очищенный лук тонко нашинковать и слегка поджарить в суповой кастрюле с маслом, добавить томат-пюре и тушить 6 минут, после чего в кастрюлю положить кусочки рыбы, нарезанные ломтиками огурцы, нарезанные помидоры, каперсы, лавровый лист, немного перца, все это залить подготовленным горячим бульоном, посолить и варить 15 минут. Перед подачей на стол в солянку можно положить вымытые маслины и мелко нарезанную зелень петрушки или укроп, а также немного очищенного лимона.

***Состав**: осетрина — 90 г, лук — 45 г, соленые огурцы — 30 г, томат-паста — 20 г, каперсы — 10 г, сливочное масло — 10 г, помидоры, лимон, маслины, специи, зелень.*

Солянка рыбная жидкая

Свежую или свежепросольную белугу, осетрину или вообще крупную рыбу без костей нарезать кусочками, но не очень мелкими. Взять 600 г кислой капусты, хорошо отжать и поджарить в кастрюле с небольшим количеством масла; налить воды, прибавить немного пряностей, лук, положить рыбу и дать хорошо кипеть.

Когда все будет готово, подправить мукой и прибавить каперсов, оливок и щепотку перца.

***Состав**: рыба — 600 г, кислая капуста — 600 г, масло — 2 ст. ложки, пряности, мука — 1 ст. ложка, лук — 4 шт., каперсы — 1 ложка, оливки — 1 ложка, толченый перец.*

Похлебка по-суворовски

Сварить рыбный бульон. Свежие или сушеные грибы отварить и нарезать ломтиками. Картофель нарезать кубиками, рыбу кусочками. Отваренные грибы, морковь, корень петрушки или сельдерея, репчатый лук, также нарезанные ломтиками, обжарить на масле. Все подготовленные продукты поместить в глиняный горшочек, залить рыбным бульоном, посолить, поперчить и поставить в духовку. За 10 минут до окончания варки добавить свежие помидоры, нарезанные дольками. Во время подачи положить мелко рубленый чеснок и зелень петрушки.

Состав: *судак — 70 г, сушеные грибы — 20 г или свежие — 60 г, картофель — 50 г, морковь — 5 г, репчатый лук — 10 г, корень сельдерея или петрушки — 5 г, свежие помидоры — 20 г, чеснок — 2 г, сливочное масло — 10 г, зелень петрушки — 5 г, соль, перец по вкусу.*

Похлебка из осетрины с грибами

Обработанную осетрину нарезать на порционные куски, сложить в кастрюлю или горшочек, залить холодной водой, добавить нарезанный кубиками картофель и варить до полуготовности.

Затем добавить в похлебку нарезанные ломтиками свежие грибы, поджаренный репчатый лук, соль, перец, лавровый лист. Подавая на стол, посыпать зеленью.

Состав: *осетрина — 300 г, грибы — 100 г, картофель — 3 шт., лук — 1 шт., зелень петрушки и укропа — 1 ст. ложка, соль или перец, лавровый лист.*

Суп картофельный с рыбой по-домашнему

Разделать рыбу на филе с кожей и костями, отварить, нарезать по одному-два куска на порцию и положить в тарелку только при подаче на стол. Пошинковать морковь соломкой и варить в подсоленной воде до полуготовности, затем добавить нашинкованный лук, картофель, специи и варить до готовности овощей. Бульон, полученный при варке рыбы, процедить и добавить в суп одновременно с картофелем. Сверху посыпать зеленью.

***Состав**: треска или хек тихоокеанский, или клыкач, или капитан-рыба — 120 г, картофель — 300 г, морковь — 40 г, петрушка — 10 г, репчатый лук — 40 г, бульон или вода — 750 г, специи.*

Суп лимонный с рыбой

В рыбный бульон (1,5 л) положить сметану и довести до кипения (но не кипятить), добавить предварительно сваренный рассыпчатый рис и кусочки вареной рыбы и проварить при слабом кипении 3 минуты. При подаче в тарелки налить суп, добавить ломтики лимона, очищенные от кожицы, и посыпать зеленью.

***Состав**: сайра или другая рыба — 600 г, рис — 0,75 стакана, сметана — 0,5 л, лимоны — 4 шт., мелко нарезанная зелень петрушки — 0,5 ч. ложки.*

Рыбный суп с перцем

Рыбу хорошо почистить, разрезать на куски в три пальца толщиной и натереть солью. Головы, хвосты, внутренности и мелкую рыбу разварить вместе с луком в 0,5 л подсоленной воды. Как только вода закипит, добавить красный перец. Когда лук разварится, бульон процедить сквозь сито и вылить на подготовленные куски рыбы, туда же добавить нарезанные тонкими колечками стручковый перец и помидоры. По желанию можно добавить молоки и икру. Суп варить в течение 20 минут. Не мешать, а только слегка встряхивать горшок, чтобы рыба не развалилась.

***Состав**: рыба разных сортов (карп, щука, сом и т. д.) — 1250 г, несколько горсток мелкой рыбешки (окунь и др.), лук — 1 шт., красный перец — 15 г, сладкий перец — 2 стручка, помидоры — 3 шт., соль.*

Рыбацкий суп

Голову карпа разрезать пополам, удалить жабры и глаза. Тушку рыбы разрезать и посолить. Морковь, петрушку, сельдерей нарезать соломкой, лук кольцами, запассеровать в масле, добавить паприку и разбавить небольшим количеством воды. Затем положить голову и хвостовую часть, долить до 1 л воду, собрать пену и варить вместе с кореньями, душистым перцем, и солью. Когда филе на хвостовой части и голове станет мягким, процедить суп через сито или дуршлаг. Положить на дно кастрюли порции карпа, которые до сих пор не отваривались, залить бульоном и на очень слабом огне варить до готовности. Осторожно вынуть порции карпа, разложить в тарелки, залить горячим бульоном и посыпать зеленью петрушки.

***Состав**: карп — 1 шт., морковь — 1 шт., петрушка — 1 корень, сельдерей — 0,5 корня, лук — 1 шт., сливочное масло — 20 г, молотый сладкий болгарский перец — 1 ч. ложка, душистый перец — 8 горошин, зелень петрушки, соль.*

Рождественский суп из карпа

Молоки или икру залить холодной водой. Отдельно в 1 л воды варить в течение 20 минут голову, плавники, позвоночник карпа и очищенные овощи (целиком). В другой кастрюле разогреть масло с мукой, влить немного бульона, перемешать, чтобы не было комков. Суп процедить, влить отвар в кастрюлю с масляно-мучной заправкой, тщательно перемешать и варить 15 минут, добавив соль и перец по вкусу. Затем положить, нарезанные молоки или икру и варить еще 10 минут. Сваренные овощи (кроме лука) нарезать кубиками и опустить в суп. Подождать, когда закипит, выключить огонь и всыпать зелень петрушки. Можно добавить немного молока.

Состав: *голова, плавники, молоки или икра, позвоночник карпа, сливочное масло — 100 г, мука — 2 ст. ложки, сельдерей — 2 корня, петрушка — 1 корень, морковь — 1 шт., лук — 1 шт., соль, черный молотый перец, зелень петрушки.*

Суп из раков

Сварить рыбный бульон с ароматическими кореньями и репчатым луком. Сварить раков в подсоленной воде с добавлением веточек укропа и петрушки, лаврового листа и перца. Очистить раков от скорлупы, осторожно снять панцири. Вынуть мякоть из клешней и шейки и мелко порубить или пропустить через мясорубку, добавить в нее молотые сухари, отварной рис, сливочное масло, сливки или молоко, сырые яйца, зелень петрушки и укропа, соль, мускатный орех. Все тщательно размешать, чтобы получилась однородная и достаточно густая масса. Начинить этим фаршем панцири раков. Скорлупу, снятую с клешней, очень мелко истолочь в ступке, положить в кастрюлю с разогретым маслом и жарить до тех пор, пока масло не приобретет ярко-оранжевой окраски, а затем посыпать пассерованной мукой, через 2 минуты развести горячей водой, прокипятить, а потом процедить. Отварить в кипящем бульоне фаршированные панцири. В готовое блюдо добавить раковое масло. Для аромата в суп можно добавить несколько ломтиков лимона.

***Состав**: рыба — 800 г, петрушка, морковь, сельдерей, лук-порей — по 1 шт., раки — 40 г, черный перец — 6 горошин, лавровый лист — 2 шт., зелень петрушки и укропа; **для фарша**: молотые сухари — 2 ст. ложки, отварной рис — 0,5 стакана, яйца — 2 шт., сливочное масло — 1 ст. ложка, молоко или сливки — 0,5 стакана; для ракового масла: сливочное масло и мука — по 2 ст. ложки, сметана — 100 г, соль, мускатный орех.*

Суп из угря

Кости и копченое мясо залить 1,5 л воды и поставить варить. Готовый бульон процедить сквозь сито. Подготовить зелень, добавить ее в бульон, затем вложить в него зеленый горошек и размягченные чернослив. Через 10 минут вложить подготовленные куски угря. Суп приправить солью, перцем и сахаром. Сверху посыпать зеленью укропа. Как только суп будет готов, сейчас же подать на стол.

Состав: *свежий угорь — 500 г, кости — 500 г, копченое мясо — 125 г, зелень для супа — 2 пучка, сушеный чернослив — 80 г, свежий зеленый горошек — 0,5 стакана, соль, перец, сахар — 0,5 ч. ложки, мелко нарубленный укроп — 1 стакан.*

Рыбный суп с тимьяном

Рыбу очистить, вымыть, отрезать плавники, головы, хвосты (мелкую рыбешку оставить целиком), разделать и порезать (желательно удалить кости). Лук нарезать крупными кольцами и обжарить в растительном масле, добавить нарезанные дольками помидоры, зеленый лук, петрушку, тимьян, лавровый лист, растолченный чеснок и корочку от апельсина. Все слегка потушить, затем добавить хвосты, головы, плавники и рыбу с более плотным мясом (угорь, палтус), посолить и залить водой так, чтобы вся рыба была покрыта. Поставить на сильное пламя, чтобы вода быстро закипела, и варить 10 минут. Затем добавить рыбу с более мягким мясом и варить еще 7 минут. Буйабесс варить не более 15 минут. Затем снять суп с огня, добавить хорошего белого вина, крепко поперчить и поставить на совсем слабое пламя на 5 минут. Рыбный бульон процедить сквозь сито, положить в него поджаренные или свежие ломтики хлеба и разлить суп по тарелкам. Рыбу подать отдельно на подогретом блюде. Посыпать зеленью петрушки.

***Состав**: свежая рыба, по возможности разных сортов (ерш, палтус, угорь, скумбрия и др.) — 2 кг, растительное масло — 6 ст. ложек, лук — 2 шт., помидоры — 2 шт., немного зеленого лука, тимьян — 2 стебелька, петрушка — 5 стебельков, лавровый лист, чеснок — 2 зубчика, небольшая сухая корочка апельсина, немного хорошего белого вина, соль, перец.*

Суп-пюре из рыбы

Рыбу очистить, промыть, отделить мясо от костей; кости с кореньями и луком поставить варить для бульона. Мякоть рыбы нарезать кусочками и тушить с маслом и мелко нарубленным луком. В кастрюле слегка поджарить муку с двумя столовыми ложками масла, развести четырьмя стаканами рыбного бульона, вскипятить, положить подготовленную рыбу и варить 20 минут. После варки суп процедить и протереть сквозь сито, развести горячим молоком, по вкусу положить соль и заправить маслом; по желанию прибавить яичные желтки, смешанные с молоком. Подавать суп можно с кусочками рыбы или с фрикадельками. Для приготовления фрикаделек оставить 100 г рыбного филе. Отдельно подать гренки. Этот суп можно приготовить из карпа, корюшки, наваги, трески, судака, кеты и другой рыбы.

***Состав**: рыба — 750 г, мука — 2 ст. ложки, морковь — 1 шт., петрушка — 1 шт., масло — 4 ст. ложки, лук — 2 шт.*

Окрошка рыбная

Разделать рыбу на филе, нарезать небольшими кусочками, припустить и охладить. Далее готовят окрошку, как указано выше.

При подаче на стол положить в окрошку кусочки рыбы и посыпать мелко нарезанной зеленью.

Состав: *окунь или треска — 85 г, белуга или осетр или севрюга — 85 г, остальные продукты как для окрошки мясной (кроме говядины).*

Ботвинья

Разделать рыбу на филе, нарезать порционными кусками, отварить и охладить. Подготовленные шпинат и щавель отварить и протереть. Полученное пюре соединить с солью, сахаром, лимонной цедрой. Развести его квасом и добавить огурцы, нарезанные соломкой, хрен и нашинкованный лук.

При подаче положить кусок рыбы, посыпать зеленью.

***Состав**: морской окунь или судак — 120 г, или осетрина — 190 г, или треска — 120 г, хлебный квас — 700 г, шпинат — 40 г, щавель — 80 г, зеленый лук — 40 г, свежие огурцы — 150 г, хрен (корень) — 30 г, укроп — 10 г, сахарный песок — 10 г, лимонная цедра, соль.*

Ботвинья сборная

Перебранные и промытые листья свеклы, капусты, лебеду, шпинат мелко нашинковать и отварить в подсоленной воде вместе с нашинкованным репчатым луком и натертой на крупной терке морковью. В конце варки добавить нарезанный небольшими кусочками картофель, рыбу, томатный соус, нашинкованную зелень петрушки, сливочное масло. На слабом огне отдельно довести до готовности рыбу. Остудить. В тарелках заправить ботвинью сметаной или майонезом.

Состав: *рыба — 600 г, овощные листья — 400 г, картофель — 4 шт., лук — 2 шт., морковь — 1 шт., томатный соус — 150 г, петрушка — 1 пучок, масло — 2 ст. ложки, сметана или майонез.*

Борщ холодный с морской рыбой

Отварить свеклу, очистить, нарезать мелкой соломкой. Прокипятить с уксусом, охладить. Порезать огурцы. Нашинковать зеленый лук, растереть с солью, положить в борщ. Заправить солью и сахаром по вкусу.

При подаче заправлять сметаной, зеленью укропа, в тарелки кладется рыба, лучше горячего копчения, и по половинке яйца.

***Состав**: свекла — 500 г, морская рыба — 300 г, огурцы — 250 г, зеленый лук и укроп — по 1 пучку, яйца — 2 шт., соль, сахар, уксус (лимонная кислота), сметана.*

Щучина

Приготовить крепкую уху из костей и голов свежей рыбы. Филе свежей рыбы (щуки, судака, налима или осетра) припустить в этой ухе и охладить в ней. Свежие огурцы очистить и пошинковать. Корень хрена натереть, зеленый лук и укроп мелко нашинковать, смешать, залить охлажденной ухой, добавить квас, специи. При подаче положить кусочки припущенной рыбы. Отдельно подать сметану и пищевой лед. Перед подачей вместо хрена можно положить тертую редьку со льдом. Посыпать зеленью.

Состав: *мелкая рыба (рыбные отходы) для бульона — 100 г, лук, петрушка, филе щуки — 290 г, или налима — 330 г, или судака — 380 г, или осетрины — 360 г, свежие огурцы — 60 г, корень хрена, зеленый лук, укроп, сметана — 40 г, квас — 200 г, специи.*

Уха

Уха бурлацкая

В кипящий бульон из мелкой рыбы и рыбных отходов положить целыми небольшими клубнями картофель и мелкие головки лука. В конце варки добавить соль, лавровый лист, перец. В глиняный горшочек сложить куски сваренной рыбы, сливочное масло, залить ухой, довести до кипения и заправить зеленью.

Состав: *рыба — 300 г, бульон — 1,5 л, картофель — 400 г, лук — 100 г, петрушка (корень) — 0,5 шт., масло — 40 г, укроп, петрушка (зелень), специи, соль.*

Уха двойная

В котелок заложить завернутую в чистую марлю половину подготовленной для ухи мелкой рыбы, головы, плавники остальных рыб, щепоть крупы и варить с полчаса. Затем рыбную массу в марле отжать и отжимки выбросить. В котелок с получившимся рыбным бульоном опустить 3 картофелины, луковицы, перец горошком, лавровый лист, вторую порцию рыбы, уже более крупной и очищенной от чешуи. Варить до готовности, разложить по мискам рыбу и разлить уху.

Уха тройная

Отварить завернутых в чистую марлю мелких рыбешек, головы, плавники крупных рыб, отжимки выбросить. Заложить, опять же в марле, еще одну порцию мелкой рыбы. После того как она будет отварена, отжата и выброшена, в котелок заложить картофель, лук, специи и куски крупной очищенной рыбы (когда картофель станет полуготовым), ее жировые пленки и варить до готовности.

Уха деликатесная

Сварить пряный отвар, добавив в него мелкую, хорошо промытую и обезглавленную рыбу. Процедить через чистую ткань. Охладить. Подготовить и нарезать осетровую рыбу. Опустить в охлажденный отвар, довести до кипения, тщательно удалив пену, уменьшить нагрев. Варить 25 минут. Готовую рыбу осторожно вынуть из отвара, положить по одному куску в каждую тарелку, несколько ломтиков лимона без зерен, залить бульоном и посыпать измельченной зеленью. Ей можно придать отличный вкус, добавив в самом конце варки один стакан несладкого шампанского.

***Состав**: рыба осетровая — 1 кг, мелочь рыбная — 1000 г, сельдерей (корень) — 1 шт., петрушка (корень) — 1 шт., лук-порей — 60 г, лук репчатый — 2 шт., лист лавровый — 2 шт., перец черный горошком — 8 шт., лимон — 0,5 шт., соль.*

Уха из налима

С налима снять кожу, отделить печень, после чего тщательно промыть, а затем нарезать кусками, ошпарить в горячей воде (30 секунд), промыть в холодной воде и сварить.

Печень сварить отдельно в подсоленной воде с добавлением лимонного сока.

Подавать уху с куском рыбы и печени. Отдельно подать ломтик лимона и мелко нарезанную зелень. К ухе можно подать расстегаи с вязигой.

***Состав**: бульон (уха) — 1,6 л, налим — 360 г, масло сливочное — 8 г, морковь — 20 г, лимон — 0,5 шт., петрушка (зелень) — 6 г, укроп — 6 г, перец горошком — 0,2 г, соль.*

Уха из разной рыбы

Уха получается вкусной, если в ней варится много рыбы (на 8 порций около 2,5 кг рыбы). Посредственную уху можно сварить из 1,2 кг рыбы. Приготавливая уху, вначале надо сварить овощной отвар из кореньев и специй, положить в него 1,2 кг ершей и варить около часа, чтобы они полностью разварились. Все процедить, довести уху до кипения, положить в нее еще 1,2 кг очищенной от кожи и костей рыбы (налима, окуней, щуки, линя, осетра и др.). Сварить уху до готовности и подать горячей. В конце варки можно влить в готовую уху немного шампанского или белого сухого вина. Порционно положить рубленую зелень и ломтики лимона.

Уха из стерляди деликатесная

Сварить пряный овощной отвар, добавить выпотрошенную и очищенную от чешуи рыбную мелочь, сварить и процедить через 2 слоя марли. Подготовить и нарезать кусками стерлядь, положить в получившийся бульон и довести до кипения. Тщательно удалить пену и варить уху, не давая ей сильно кипеть, около получаса. В готовую уху в конце варки можно влить стакан сухого шампанского.

***Состав**: стерлядь — 1 кг, рыбная мелочь — 900 г, сельдерей — 1 корень, петрушка — 1 корень, лук — 1 шт., лук-порей — 3 стебля, лавровый лист — 2 шт., лимон — 0,5 шт., черный перец — 6 горошин, соль.*

Уха из стерляди на шампанском

Стерлядь отварить прямо в шампанском (либо можно разбавить его водой); подать к ней лимон и какие-либо слоеные пирожки.

***Состав**: свежая стерлядь — 1,1 кг, шампанское — 2 бутылки, лимон — 0,5 шт.*

Уха на ниточках

У почищенной, выпотрошенной рыбы удалить плавники, тушки нанизать на крепкую нить, пропустив ее через глаза либо привязав каждую рыбешку отдельно, за жаберные крышки. Связку с рыбой поддеть палочкой, опустить в котелок, палочку положить на его края. Добавить специи и поставить на огонь. Уха будет готова, когда мясо станет отделяться от костей. Нить с костями удалить. Варить такую уху из не очень крупной рыбы.

Уха обыкновенная

В котелок с водой положить щепоть перебранной и промытой крупы — пшена или риса, 3 картофелины, луковицу, перец горошком, лавровый лист и поставить на огонь. Когда картофель станет полумягким, в кипящую воду опустить подготовленных (выпотрошенных, без жабр, но в чешуе, с плавательным пузырем) мелких рыбешек — окуньков, плотвичек, ершей, уклеек, ельцов и других — целиком, а также крупную рыбу, если она имеется, разрезанную на куски. Головы, плавники, жировые пленки крупной рыбы не выбрасывать — тоже опустить и котелок. Варить примерно с четверть часа, чтобы побелели и отвердели глаза крупной рыбы, а мясо легко протыкалось.

Уха прозрачная

Отварить и отжать мелкую рыбешку, извлечь из бульона и выбросить. Приготовить оттяжку: в бульон опустить белок от 2 яиц. Он собирает всю растворенную в бульоне муть и оседает с ней на дно. Чистый прозрачный бульон слить в котелок и уже в нем варить со специями куски крупной рыбы как обычно.

Ростовская уха

Голову, кости и кожу рыбы сварить в течение 30 минут в 2,25 л слегка подсоленной воды. Картофель нарезать кубиками, лук мелко порубить и залить процеженным сквозь сито бульоном. Добавить зелень петрушки и сельдерея и варить 25 минут. За 10 минут до окончания варки добавить подготовленные куски судака, нарезанные дольками помидоры, лавровый лист и перец горошком и проварить суп на слабом огне. Вынуть пучок петрушки и сельдерей и добавить в уху масло. Укроп и зелень петрушки мелко порубить и посыпать суп.

Состав: *судак — 800 г, картофель — 600 г, лук — 1 шт., помидоры — 350 г, масло — 2 ст. ложки, лавровый лист, перец — 10 горошин, петрушка — 1 пучок, горстка зелени сельдерея, зелень укропа и петрушки — по 3 ст. ложки, соль.*

Уха рядовая из речной рыбы

В подсоленный кипяток положить картофель, разрезанный на четвертинки, головы и хвосты рыбы, мелко нарезанный лук, нашинкованные соломкой морковь, корни петрушки и пастернака. Варить уху 20 минут, тщательно снимая пену. Затем по желанию уху процедить, добавить лавровый лист, перец и еще проварить 5 минут.

Усилить огонь и опустить в готовый бульон тщательно очищенную и нарезанную на куски рыбу. Варить ее на умеренном огне около 20 минут, не давая сильно кипеть. В конце варки уху посолить, засыпать зелень петрушки и эстрагона, снять с огня, закрыть крышкой и дать настояться около 10 минут.

Состав: *рыба — 1,5 кг, вода — 1,75 л, лук — 2 шт., морковь — 0,5 шт., корень петрушки — 1 шт., зелень петрушки, пастернак — 1 корень, картофель — 2 шт., укроп — 1 ст. ложка, лавровый лист — 3 шт., черный перец — 8 горошин, эстрагон — 1 ст. ложка, соль — 2 ч. ложки.*

Уха рыбацкая

Рыбу выпотрошить, почистить, нарезать кусками, залить холодной водой, положить очищенные картофель, лук, коренья, 2 лавровых листа, 7 горошин перца, соль, закрыть посуду крышкой и варить на медленном огне. Готовую уху подавать на стол, посыпав рубленой зеленью петрушки или укропа.

Для ухи лучше брать ершей, окуней или налима. Ершей и окуней положить в котел целыми с чешуей.

***Состав**: рыба (щука, судак, налим, окунь и др.) — 1 кг, картофель — 7 шт., коренья — по 1 шт., лук — 1 шт., зелень — 1 пучок, лавровый лист, черный перец, соль.*

Уха сборная

Очистить морковь, сельдерей, репчатый лук, корень петрушки и корень пастернака, все мелко нарезать и сварить в подсоленной воде. Сваренные коренья протереть через сито и залить отваром. Довести до кипения и прибавить очищенную и промытую мелкую рыбу, лавровый листик, черный перец в горошинах и сливочное или растительное масло. Рыбу варить 25 минут.

Если уха будет подана в горячем виде, то заправить ее яйцом, лимонным соком и мелко нарезанной зеленью петрушки, а если в холодном, то посыпать уху крутыми яйцами, нарезанными кубиками, мелко нарезанными солеными огурцами и зеленью петрушки.

Уху можно приготовить и из крупной рыбы, нарезанной небольшими кусками.

Состав: *рыба — 500 г, морковь — 2 шт., сельдерей (корень) — 0,5 шт., лук репчатый — 2 шт., петрушка (корень) — 4 шт., пастернак (корень) — 2 шт., лист лавровый — 1 шт., масло сливочное (или растительное) — 3 ст. ложки, петрушка (зелень), перец черный горошком, соль, яйцо — 1 шт.*

Уха с картофелем и помидорами

Мясистую рыбу подготовить, как обычно, а затем отделить филе с кожей. Нарезать его порционными кусками, посолить и до использования поставить в прохладное место. Из пищевых отходов — голов, плавников, костей — сварить бульон. Готовый бульон процедить, довести до кипения, положить в него нарезанный картофель, репчатый лук и корень петрушки. Варить приблизительно 20 минут, после чего добавить рыбу, специи, нарезанные свежие помидоры и варить еще 25 минут. Снять с огня, тотчас же заправить кусочками сливочного масла. Перед подачей на стол в каждую тарелку положить кусок рыбы и посыпать уху измельченной зеленью. При использовании живой рыбы эту уху лучше варить без специй.

***Состав**: рыба мясистая — 800 г, петрушка (корень) — 1 шт., лук репчатый — 2 шт., картофель — 600 г, помидоры — 400 г, масло сливочное — 1,5 ст. ложки, лист лавровый — 2 шт., перец черный горошком — 5 шт., соль.*

Вторые блюда

Рыба, запеченная по-московски

Порционные куски рыбы без кожи и хрящей ошпарить, промыть, посолить, запанировать в муке, обжарить основным способом и довести до готовности в жарочном шкафу.

Картофель нарезать кружочками и обжарить с обеих сторон. Лук нашинковать полукольцами и запассеровать. Вареные белые грибы нашинковать ломтиками и обжарить в масле. Вареные хрящи нарезать ломтиками. Вареные яйца — кружочками. Приготовить сметанный соус. На порционную сковороду налить небольшое количество соуса, уложить кусок жареной рыбы, на нее — пассерованный репчатый лук, грибы и хрящи, а сверху — кружочек вареного яйца. Вокруг рыбы расположить веером кружочки жареного картофеля, залить все сметанным соусом средней густоты, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь при 280 °С.

При подаче горячую сковородку поставить на мелкую тарелку. Посыпать зеленью.

Состав: *рыба — 300 г, мука — 20 г, сушеные грибы — 20 г, яйца — 1 шт., репчатый лук — 60 г, картофель — 600 г, жир — 20 г, маргарин — 20 г, сыр — 15 г, сметанный соус — 200 г, зелень петрушки, соль, перец.*

Рыба, жаренная после варки

Пучок зелени для бульона перебрать, промыть в проточной воде, нарезать покрупнее, добавить нарезанный лук, соль, перец, лавровый лист, налить немного воды и поставить на огонь варить. Тем временем обработать рыбу, промыть ее, опустить в горячий отвар и сварить. Вареную рыбу разделать, мякоть отделить от костей.

Масло распустить на сковороде, добавить муку и сделать пассеровку бледно-золотистого цвета. Развести ее рыбным бульоном, добавить чуть соли, перца и проварить. Отдельно отварить картофель, нарезать его ломтиками, выложить на тарелку, сверху поместить мякоть рыбы, залить все приготовленным соусом и дать блюду некоторое время постоять, чтобы произошло насыщение продуктов.

***Состав**: рыба — 300 г, отварной картофель — 250 г, зелень для бульона — 1 пучок, репчатый лук — 20 г, масло — 20 г, мука — 25 г, соль, перец, лавровый лист.*

Рыба, жаренная в тесте

Мелкую рыбу очистить, выпотрошить, промыть, обсушить, посолить, обмакнуть в кляр и жарить в большом количестве сильно разогретого масла.

Осетровую рыбу без кожи и хрящей сварить звеном, охладить, нарезать на полоски, обмакнуть эти полоски в тесто и жарить в жире.

Подать в тарелке сложенными горкой или колодцем, сбрызнуть маслом, украсить веточками зелени и кружочками лимона.

***Состав**: рыба — 150 г, топленое масло — 50 г, лимон — 10 г, зелень; для кляра: яйцо — 1 шт., молоко — 40 г, мука — 40 г, соль.*

Рыба, жаренная во фритюре

Порционные куски филе или целую мелкую рыбу обвалять в муке, смочить в яйце с солью и перцем и обвалять в сухарях. Разогреть в глубокой сковороде или сотейнике жир, чтобы он начал чуть-чуть дымиться, и опустить в него рыбу. Жира должно быть столько, чтобы он наполовину или чуть выше закрыл рыбу. Обжарить с двух сторон и выложить на блюдо, украсить дольками лимона без кожуры.

В качестве гарнира подать жареный картофель.

***Состав**: некрупная рыба — 800 г или филе, нарезанное кусочками, — 400 г, толченые сухари — 0,5 стакана, мука — 2 ст. ложки, яйцо — 1 шт., жир для фритюра — 200 г, лимон — 0,5 шт., соль, перец, картофель — 600 г.*

Рыба, запеченная под соусом

Большие рыбины выпотрошить, очистить, отрезать плавники, посолить и оставить на ночь. На следующий день промыть в холодной воде, завернуть каждую рыбину в фольгу, уложить впритык на лист и запечь. Для соуса муку поджарить на маргарине до золотистого цвета, добавить натертый на мелкой терке хрен, влить рыбный или овощной бульон и, помешивая, довести до кипения. Если соус получится густым, развести его с бульоном. Сняв соус с огня, влить в него сметану, лимонный сок, положить растертые желтки, посолить и добавить сахар. После того как рыба запечется, снять бумагу, уложить рыбины на овальные блюда, украсить кружочками лимона и полить частью соуса. Остальной соус подать в соуснике.

***Состав**: рыба — 2 кг, маргарин — 100 г, лимон — 1 шт., соль;* ***для соуса**: хрен — 1 шт., маргарин — 50 г, мука — 2 ст. ложки, бульон рыбный (или овощной) — 1 стакан, сметана — 3 ст. ложки, яйца (желтки) — 2 шт., сок лимонный, сахар, соль.*

Рыба, запеченная с грибами

Очищенное рыбное филе уложить в огнеупорную посуду или форму, добавить немного соли и запечь.

Шинкованные грибы потушить в масле, добавить муку, бульон и сметану. Соус должен быть довольно густым. В остывший соус добавить яйцо, затем залить им запеченную рыбу. Посыпать тертым сыром, снова поместить в жаровню, запечь до образования румяной корочки и сразу же подать на стол. Если рыбное филе нарезано достаточно тонко, то грибным соусом можно заливать сырую рыбу и запекать блюдо только один раз.

На гарнир подать отварной картофель или рис и овощной салат.

Состав: *рыба (филе) — 600 г, грибы свежие — 300 г или соленые — 50 г, масло сливочное — 3 ст. ложки, мука — 1 ст. ложка, сметана — 2 ст. ложки, яйцо — 1 шт., сыр тертый — 3 ст. ложки, бульон (или грибной отвар) — 5 ст. ложек, соль.*

Рыба, запеченная с картофелем

Филе хека, палтуса, трески, окуня, налима, сайды, капитана или других океанических рыб в слегка размороженном виде нарезать порционными кусками.

Яйца взбить с молоком. Сливочное масло или сливочный маргарин растопить.

Картофель отварить в слегка подсоленной воде, охладить, очистить от кожуры и нарезать кусочками.

В хорошо смазанный сливочным маслом сотейник положить порционные куски рыбы, сбрызнуть лимонным соком или уксусом, поверх выложить кусочки картофеля, посолить и посыпать горьким перцем. Затем влить разогретое масло, взбитую смесь яиц с молоком и посыпать мелко натертым сыром и запечь.

Готовое блюдо украсить зеленью.

***Состав**: рыба (филе) — 600 г, картофель — 8 шт., яйца — 3 шт., молоко — 0,25 стакана, лимон — 0,75 шт. или уксус — 1 ч. ложка, сыр тертый — 1 ст. ложка, петрушка (зелень), укроп, перец горький молотый, соль.*

Фаршированная рыба, запеченная на противне

Хорошо очистить от чешуи морскую или речную рыбу. Отрезать голову и выпотрошить, посолить.

Поджарить измельченный на терке лук в масле. Прибавить мелко нарезанные крутые яйца, манную крупу, сваренную на воде, соль и черный перец.

Нафаршировать рыбу, обвалять в муке и положить на противень с 3 столовыми ложками масла. Печь 8 минут. Затем залить стаканом сметаны и снова запечь. Подать с салатом.

***Состав**: рыба — 1 шт., лук репчатый — 1 шт., масло — 100 г, яйца — 2 шт., крупа манная — 0,5 стакана, сметана — 1 стакан, перец черный молотый, соль.*

Рыба с картофелем

Очистить рыбу, срезать голову, плавники и вынуть кости и нарезать кубиками. Посолить и посыпать мукой и мелко нарезанным луком. Зажарить в подсолнечном масле и прибавить горчицы.

Сварить картофель в подсоленной воде. Дать немного остыть, очистить и нарезать кружками. Половину разложить на противне с небольшим количеством масла, сверху положить рыбу и покрыть остальным количеством нарезанного отварного картофеля. На него положить кусочками сливочное масло и запечь.

Подать рыбу посыпанной мелко нарезанной зеленью петрушки.

***Состав**: рыба — 1 кг, мука — 1 ст. ложка, лук репчатый — 5 шт., масло подсолнечное — 100 г, картофель — 1 кг, масло сливочное — 50 г, горчица — 1 ч. ложка, петрушка (зелень) — 2 ст. ложки, соль.*

Рыба, припущенная в молоке

Репчатый лук пошинковать соломкой и ошпарить. Рыбу разделать без костей, но с кожей. Нарезать порционными кусками, уложить в посуду в один ряд, чередуя с ошпаренным репчатым луком, залить молоком, добавить растительное масло, перец горошком и припустить в течение 25 минут. Затем добавить молочный соус с луком, довести до кипения.

При подаче готовую рыбу положить на тарелку, полить молочным соусом, сбоку уложить отварной картофель и соленые овощи. Украсить зеленью.

Состав: *сазан, судак, морской окунь, треска, зубатка — 300 г, молоко — 150 г, репчатый лук — 100 г, растительное масло — 30 г, соус, картофель — 600 г, перец, соленые овощи, зелень.*

Фаршированная рыба

Рыбу освободить от чешуи, отделить голову и, не вскрывая брюшка, вынуть внутренности. У головы удалить жабры. Промыть рыбу в проточной воде. Нарезать на кругляши шириной примерно 4 см. Из каждого кругляша вырезать мякоть так, чтобы не повредить кожу. Приготовить фарш. Для этого мякоть рыбы вместе с замоченным и хорошо отжатым белым хлебом и репчатым луком пропустить через мясорубку два раза, добавить в получившуюся массу сырое куриное яйцо, сахарный песок, соль, перец, мелко натертую морковь. Хорошо перемешать и заполнить фаршем кругляши, из которых была вырезана мякоть, выравнивая ножом, смоченным в воде.

На дно сотейника или кастрюли положить овощи, нарезанные кружочками: морковь, свеклу, промытую луковую шелуху, кости и голову рыбы. Сверху поместить фаршированные кругляши рыбы, прикрыть их слоем овощей, затем выложить еще слой кругляшей рыбы и слой овощей, залить все холодной водой так, чтобы она только покрывала продукты. Закрыть кастрюлю крышкой и тушить рыбу на слабом огне около 1,5 часов, следя за тем, чтобы рыба и овощи при тушении не пригорели.

Готовую рыбу с овощами красиво разложить на тарелке, украсить зеленью. Процедить оставшийся бульон, налить в соусник и подать его вместе с фаршированной рыбой.

***Состав**: рыба (щука, сазан, карп, судак) — 2 кг, белый хлеб — 150 г, репчатый лук — 5 шт., свекла — 2 шт., растительное масло — 1 ст. ложка, яйца — 2 шт., морковь — 60 г, лавровый лист, перец, соль, морковь, сахарный песок, зелень.*

Щука, запеченная под сметанным соусом

Порционные куски, нарезанные от филе рыбы, посыпать солью, перцем, запанировать в муке и поджарить на растительном масле. На сковороду или блюдо налить немного сметанного соуса, положить поджаренную рыбу, а вокруг разместить ломтики обжаренного или вареного картофеля, не закрывая рыбы. На рыбу положить ломтики вареного яйца, все залить сметанным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь.

Перед подачей посуду с готовой рыбой поставить на плиту, довести до кипения и посыпать зеленью.

Так же можно приготовить треску, судака, сома, налима, осетровых рыб.

Состав: *щука — 500 г, мука — 1 ст. ложка, масло растительное — 50 г, яйцо — 1 шт., сыр тертый — 1 ст. ложка, масло сливочное — 40 г, картофель — 750 г, соус — 0,5 л, петрушка (зелень), укроп, перец черный молотый, соль.*

Щука, тушенная с хреном

Щуку промыть, очистить, нарезать на порционные куски и посолить. Очищенный хрен натереть на терке и слегка поджарить на сливочном масле. В хорошо смазанную кастрюлю сложить куски щуки, сверху посыпать поджаренным хреном, залить сметаной и тушить на слабом огне. Тушеную щуку переложить в другую посуду, а сметану, в которой тушилась щука, заправить сливочным маслом, уксусом и сахаром, посыпать зеленью.

В качестве гарнира подать отварной картофель.

***Состав**: щука — 500 г, сливочное масло — 100 г, сметана — 100 г, корень хрена, уксус — 1 ст. ложка, сахарный песок — 1 ч. ложка, картофель — 600 г, зелень, соль, гарнир.*

Щука тушеная

Обработанную и нарезанную щуку уложить в посуду на нарезанный колечками репчатый лук, ломтики сырой моркови, сельдерей, петрушку. Залить красным вином и припустить до полуготовности, потом добавить сливочное масло, рыбный бульон, покрыть крышкой и довести щуку до готовности. На жидкости, полученной при тушении, и сливочном масле приготовить белый рыбный соус и протереть его через сито.

При подаче кусочек рыбы полить соусом, загарнировать отварным картофелем и ломтиками отварных грибов, украсить зеленью петрушки.

***Состав**: щука — 600 г, сливочное масло — 75 г, красное вино — 75 г, рыбный бульон — 75 г, картофель — 250 г, морковь — 30 г, лук-репка — 25 г, зелень, мука — 30 г, белые грибы — 120 г.*

Щука, запеченная с капустой

Филе щуки нарезать на куски, посыпать солью, перцем, обвалять в муке и обжарить. В сотейник или противень выложить половину тушеной капусты, разровнять ее и разложить куски рыбы с интервалами. На каждый кусок щуки положить спассерованный лук и все покрыть оставшейся капустой, посыпать сухарями, сбрызнуть сливочным маслом и запекать в течение 30 минут.

При подаче рыбу с капустой выложить на блюдо, полить маслом, посыпать зеленью, разложить вокруг ломтики ржаного хлеба, поджаренные на сливочном масле.

***Состав**: щука — 500 г, пшеничная мука — 30 г, репчатый лук — 60 г, сливочное масло — 80 г, растительное масло — 60 г, тушеная капуста — 600 г, ржаной хлеб — 120 г, перец, соль по вкусу, панировочные сухари.*

Стерлядь с пряностями

Сначала приготовить бульон: нарезать дольками лук, морковь, сельдерей, залить их вином и водой, добавить лавровый лист, черный дробленый перец, тмин и соль. Довести до кипения и проварить час, затем снять бульон с плиты, охладить и процедить. Подготовленную и обработанную рыбу (но целую, с головой) отварить в этом бульоне в течение 15 минут. Готовую рыбу выложить на противень, запечь в духовке до темно-коричневой корочки.

Подать на стол с зеленью, петрушкой, каперсами, свежими огурцами, натертыми на мелкой терке, и залить маслом.

***Состав**: рыба — 600 г, масло — 80 г, лук — 50 г, морковь — 50 г, сельдерей — 50 г, соленые огурцы — 20 г, хлеб — 30 г, лимон — 0,5 шт., лавровый лист, тмин, черный перец, зелень, каперсы, вино, соль.*

Стерлядь

Стерлядь без кожи и хрящей протушить с мелко нарезанным репчатым луком, сливочным маслом, помидорами, белым вином. На основе отвара приготовить белый рыбный соус. В готовый соус можно добавить вареные и нарезанные соломкой белые грибы.

Готовую стерлядь подать с соусом, картофелем, припущенным в молоке, украсить зеленью.

***Состав**: стерлядь — 500 г, сливочное масло — 50 г, репчатый лук — 15 г, помидоры — 45 г, белое вино — 70 г, белый соус — 125 г, белые грибы — 60 г, картофель — 300 г, молоко — 150 г, зелень — 10 г, перец, соль.*

Тушеная ставрида

Мелко нарезать 6 луковиц и 2 дольки чеснока, 4 помидора, обжарить их в масле, посолить, поперчить. Уложить на сковороду дольки филе ставриды, подсоленные и сбрызнутые соком лимона, поверх — тушеные лук с чесноком и томатами. Все потушить в течение получаса.

Карп отварной по-волжски

Подготовленного карпа (потрошеного, очищенного, промытого) посолить и поставить в холодильник на 30 минут. Приготовить пряный отвар. Карпа положить на решетку, опустить в котел с пряным отваром и варить на пару до готовности. Аккуратно переложить готового карпа с решетки на тарелку, полить растопленным маслом и посыпать мелко рубленными вареными яйцами.

При подаче к столу гарнировать отварным картофелем и украсить зеленью петрушки. Карпа можно заменить щукой, сазаном, хеком.

***Состав**: карп — 300 г, сливочное масло — 50 г, вареные яйца — 2 шт., отварной картофель — 100 г, соль, зелень петрушки, пряный отвар.*

Карась отварной в сметанном соусе

Крупных карасей нарезать пополам, мелких отварить целиком. Подготовленную рыбу посолить, выложить в посуду, залить горячей водой на 0,3 объема рыбы, добавить соль, перец горошком, лавровый лист, тмин, сырую луковицу, букет зелени и варить до готовности. В сметану добавить рыбный бульон, молотые сухари, соль, поставить на огонь и уварить, все время помешивая, до загустения.

При подаче готовую рыбу выложить на тарелку, полить соусом, украсить веточками зелени. В качестве гарнира подать отварной картофель со свежими помидорами, огурцами, кабачками.

Состав: *карась — 300 г, репчатый лук — 50 г, сметана — 70 г, молотые сухари — 30 г, картофель — 200 г, свежие овощи — 100 г, бульон, тмин, соль, перец, зелень, лавровый лист.*

Камбала отварная с соусом луковым

Подготовленную камбалу положить в кастрюлю, добавить репчатый лук, морковь, сельдерей, молоко, лавровый лист, корень петрушки, перец, соль, залить холодной водой и варить в течение 15 минут. После этого выложить на тарелку, посыпать мелко нарезанной зеленью, полить луковым соусом, на гарнир подать отварной картофель.

Состав: *камбала — 500 г, морковь — 60 г, лук — 30 г, петрушка (корень), сельдерей (корень), луковый соус — 100 г, молоко, соль, перец, лавровый лист, картофель.*

Хек отварной с картофелем

Подготовленную рыбу нарезать на порционные куски, посолить, поперчить, поставить в холодильник.

Нарезать кубиками репчатый лук и свиной шпик, все обжарить, добавить нарезанный брусочками картофель, залить водой на 0,25. Когда вода закипит, поверх картофеля уложить порционные кусочки рыбы, закрыть крышкой и довести до готовности на медленном огне. Готовое блюдо выложить на тарелку, посыпать мелко нарезанной зеленью, отдельно можно подать салат из овощей.

Состав: *рыба — 600 г, картофель — 700 г, репчатый лук — 100 г, шпик — 100 г, зелень петрушки, соль, перец.*

Форель, фаршированная гусиной печенкой

За день до приготовления нарезать печенку маленькими кубиками, посолить, поперчить, влить коньяк и поставить на сутки в холодильник.

Форель почистить, выпотрошить и вымыть в воде с уксусом. Булочку замочить в смеси вина и сливок, посолить, добавить мелко нарезанную зелень, яйца и размешать, в полученную массу положить печенку. Рыбу посолить и начинить этим фаршем, потом завернуть в фольгу, смазанную маслом, положить на противень и запекать в течение 20 минут. Подать горячей.

Состав: *форель — 1 кг, печень гусиная — 200 г, булочка — 50 г, вино — 5 ч. ложек, коньяк — 5 ч. ложек, сливки — 1,5 ст. ложки, яйцо — 1 шт., уксус — 3 ст. ложки, масло растительное — 1 ст. ложка, петрушка (зелень), перец черный молотый, соль.*

Скумбрия, фаршированная овощным перцем

Нарезать тонкой соломкой сладкий стручковый перец и лук-порей, спассеровать на подсолнечном или оливковом масле до готовности.

Разрезать помидоры пополам, удалить семена, посолить и обжарить на масле.

Некрупную скумбрию с внутренней стороны посыпать солью и черным молотым перцем и нафаршировать брюшко подготовленным перцем и луком. Положить на сковороду поджаренные помидоры, а на них рыбу, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом и запечь. Подать на сковороде с ломтиками лимона, посыпав зеленью петрушки.

***Состав**: скумбрия — 600 г, перец сладкий стручковый — 200 г, лук-порей — 200 г, помидоры — 800 г, сухари — 1,5 ст. ложки, масло подсолнечное — 80 г, лимон — 0,5 шт., петрушка (зелень), перец черный молотый, соль.*

Форель отварная

Подготовить форель, промыть, положить в кастрюлю, залить теплым уксусом (разведенным), выдержать 15 минут. В котел положить выдержанную в уксусе форель, залить ее водой, посолить, поперчить, добавить репчатый лук, лавровый лист и варить до готовности.

Вареную рыбу положить на тарелку, загарнировать отварным картофелем, сырыми овощами и украсить зеленью.

Состав: *форель — 500 г, 3 %-й уксус — 0,5 стакана, репчатый лук — 100 г, картофель — 300 г, овощи — 150 г, соль, перец, зелень, лавровый лист.*

Форель в белом вине

Красное или белое столовое вино, трюфели, немного лимонной цедры, зелени петрушки и лаврового листа варить под крышкой, пока лук не упреет, и сгустить мукой. Очищенную и выпотрошенную форель обвалять в муке, поджарить в масле с двух сторон и поместить на 15 минут в соус, потомить на слабом огне, затем переложить форель на блюдо и облить соусом.

***Состав**: форель — 500 г, вино — 0,5 бутылки, лук — 10 шт., трюфели — 10 шт., лимон — 0,5 шт., зелень петрушки — 1 ложка, мука — 4 ложки, сливочное масло — 100 г, лавровый лист.*

Белуга в рассоле

Подготовленную белугу нарезать на куски. Соленые огурцы очистить от кожицы, разрезать вдоль, вынуть семена и нарезать ромбиками. Грибы почистить, промыть и нарезать ломтиками. Белугу вместе с огурцами и грибами положить в посуду, посолить, поперчить, залить водой и рассолом из-под огурцов. Варить на медленном огне с пассерованными луком и морковью. Готовую рыбу вынуть. На полученном бульоне приготовить соус «Русский».

При подаче на тарелку положить готовую рыбу, на нее грибы, огурцы, все полить соусом, украсить зеленью петрушки.

***Состав**: белуга — 500 г, соленые огурцы — 200 г, белые грибы — 200 г, репчатый лук — 100 г, морковь — 60 г, соль, перец, рассол, зелень, соус.*

Треска, запеченная в майонезе, с салатом из зеленого лука

Треску очистить от чешуи и костей, нарезать на порции, поместить в глубокую сковороду, засыпать нарезанным кружочками репчатым луком, посолить, поперчить, залить все майонезом и поставить в духовку со средним жаром. Блюдо готово, когда выкипит весь сок.

К треске подать салат из лука. Для этого мелко нарезать зеленый лук, положить его в дуршлаг ина 1 минуту опустить в кипящую воду, после чего охладить под струей холодной воды, чтобы ушла лишняя горечь, остудить, перемешать с рублеными яйцами и сметаной, посолить. Если есть свежие огурцы, то в салат можно добавить 2 мелко нарезанных свежих огурца.

***Состав**: треска — 600 г, майонез — 2 банки, репчатый лук — 350 г, яйца — 2 шт., сметана — 1 стакан, свежие огурцы — 2 шт., зеленый лук для салата, соль, перец.*

Треска, запеченная в белом соусе

Филе трески отварить в подсоленной воде 3 минуты, выложить на сковороду, залить соусом и запечь. Для приготовления соуса муку развести в столовой ложке холодного молока, процедить, влить в горячее молоко, довести до кипения.

***Состав**: треска (филе) — 800 г, для соуса мука — 50 г, молоко — 1 стакан, соль.*

Треска, щука, налим с грибами

Приготовление пряного отвара. Для этого на 1 л воды взять 2 чайные ложки соли, 4 горошины перца, 3 лавровых листа, 25 г моркови и 20 г лука; морковь и лук измельчить, все ингредиенты проварить, добавить тмин.

Рыбу без костей, нарезанную кусками, отварить в пряном отваре. Отдельно отварить белые грибы и нарезать их соломкой. На отваре после варки рыбы приготовить томатный соус. На тарелку положить отварную рыбу, сверху поместить готовые грибы, полить соусом, рядом уложить гарнир и подать, украсив зеленью.

***Состав**: рыба — 250 г, морковь, петрушка, репчатый лук, свежие грибы, сливочное масло — 20 г, перец, соль, лавровый лист, тмин, томатный соус.*

Рыба по-русски

Отварные, нарезанные ломтиками грибы и соленые огурцы, припущенные морковь, лук, петрушку, репчатый лук, нарезанный полукольцами, отжатые от рассола каперсы и оливки без косточек смешать, поместить в томатный соус, добавить лимон и прогреть при температуре не выше 80 ˚С. Залить приготовленным соусом припущенную осетрину.

***Состав**: филе осетрины — 300 г, морковь — 10 г, репчатый лук — 5 г, петрушка — 10 г, соленые огурцы — 15 г, белые грибы — 15 г, каперсы — 10 г, оливки — 10 г, лимон — 10 г, соус — 75 г, картофель.*

Осетрина, запеченная с грибами

Очищенную и промытую осетрину разделить на куски, посолить, поперчить, обвалять в муке и слегка обжарить на сковороде с маслом. Грибы также обжарить. Лук, нарезанный кольцами, подрумянить на сковороде. Рыбу уложить на большую сковороду, обложить кружками жареного картофеля, грибами, луком, залить сметанным соусом, посыпать тертым сыром, полить растопленным маслом и поставить в хорошо нагретую печь на 10 минут. При подаче посыпать мелко нарезанной петрушкой.

Приготовление соуса. В сметану, нагретую до кипения, положить подсушенную без жира, охлажденную и смешанную с маслом муку. Тщательно размешав, заправить солью, перцем, проварить 5 минут и процедить.

Состав**: осетрина — 500 г, грибы белые (или шампиньоны) — 500 г, лук репчатый — 2 шт., сыр тертый — 3 ст. ложки, масло сливочное — 1,5 ст. ложки, петрушка (зелень), соль;* ***для соуса: *масло сливочное — 1 ст. ложка, мука — 1 ст. ложка, сметана — 2 стакана, перец черный молотый, соль.*

Осетрина, белуга, севрюга по-русски

Подготовленные куски рыбы уложить в котел с решеткой, налить воду, добавить белое вино, грибной отвар, посолить, поперчить, закрыть крышкой и припустить до готовности. Овощи очистить, промыть, нарезать брусочками, припустить. Грибы нарезать ломтиками.

Соленые огурцы очистить, нарезать ромбиками и отварить. Подготовить каперсы и маслины.

Приготовление соуса «Русский». Морковь, петрушку, грибы, соленые огурцы, каперсы, оливки, вареные рыбные хрящи залить горячим томатным соусом и прогреть.

Порционные куски рыбы уложить на тарелку, полить соусом «Русский», сверху поместить ломтик лимона, украсить свежей зеленью. В качестве гарнира подать отварной картофель.

Осетрина с макаронами

Чистое филе осетрины нарезать кусочками и тушить с мелко нарезанным луком, мелко нарезанными и обжаренными помидорами в вине.

Макароны отварить, припустить в масле с тертым сыром. При подаче к столу рыбу полить соком, в котором она тушилась, добавив в него масло, лимон и немного томатного соуса. Рядом положить приготовленные макароны.

Состав: *осетрина — 600 г, лук — 25 г, сливочное масло — 100 г, помидоры — 100 г, белое вино — 100 г, макароны — 125 г, сыр — 50 г, лимон — 0,5 шт.*

Лососина в тесте

Подготовленную рыбу в виде чистого филе без кожи и костей нарезать полосками, посолить и сбрызнуть соком лимона. Из муки, пива, яйца, соли приготовить тесто и оставить его на 1 час для созревания. Подготовленные куски рыбы обвалять в муке и поместить в готовое тесто. Затем опустить в кипящее масло и обжарить до готовности. При подаче на тарелку выложить куски жареной рыбы, подать с отварным рисом с томатным соусом.

Состав: *чистое филе лосося — 500 г, мука — 150 г, яйцо — 1 шт., светлое пиво — 120 г л, лимон — 0,5 шт., соль, растительное масло для жарения, гарнир, соус.*

Судак, запеченный с картофелем под белым соусом

Кусок филе рыбы положить на смазанную маслом сковороду или блюдо, посыпать перцем и солью и обложить ровными ломтиками вареного или сырого картофеля, полностью закрывая рыбу, полить жидким белым соусом, посыпать сухарями, сбрызнуть сливочным маслом или сливочным маргарином и запекать в течение 20 минут.

Подать рыбу, посыпав зеленью петрушки. Если рыба получилась недостаточно сочной, подлить на сковороду 2 столовые ложки бульона, поставить на плиту и дать рыбе закипеть.

Так же можно приготовить треску, щуку, сома, налима.

***Состав**: судак — 600 г, картофель — 600 г, сухари молотые — 1 ст. ложка, масло сливочное (или маргарин сливочный) — 60 г, соус — 0,6 л, петрушка (зелень), укроп, перец черный молотый, соль.*

Судак, запеченный с макаронами, под молочным соусом

Сварить макароны и заправить их маслом. Порционные куски, нарезанные от филе рыбы, припустить с добавлением петрушки и лука. Положить макароны в центре блюда или сковороды, на них — припущенную рыбу, а на рыбу — вареные белые грибы и кусочки крабов, заправленные паровым соусом. Все залить молочным соусом средней густоты, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь. Можно запекать рыбу без грибов и крабов.

Так же можно приготовить треску, щуку, сазана.

Состав: *судак — 600 г, петрушка (корень) — 20 г, лук репчатый — 1 шт., макароны — 200 г, грибы — 80 г, крабы — 40 г, сыр тертый — 1 ст. ложка, масло сливочное — 100 г, соус паровой — 60 г, соус молочный — 0,6 л, соль.*

Судак (или карп, щука), запеченный с шампиньонами

Рыбу выпотрошить, промыть, отрезать голову, отделить филе и посолить, положить на огнеупорное блюдо, полить жиром и слегка запечь.

Шампиньоны очистить от земли, промыть, срезать ножки, с больших шляпок снять пленки, грибы тонко нашинковать. Добавить нарезанный кружками лук, соль и перец, 2 ложки воды, тушить 10 минут. Рыбу вынуть, прикрыть шампиньонами, облить слегка подсоленной сметаной, посыпать крупно натертым сыром. Можно сбрызнуть маслом с молотыми сухарями и запечь.

Рыба готова, когда сыр слегка подрумянится. Ее можно подать и как закуску.

***Состав**: судак (или карп, щука) — 1 кг, шампиньоны — 100 г или боровики — 200 г, жир — 100 г, лук репчатый — 100 г, сметана — 1 стакан, сыр тертый — 2 ст. ложки, перец черный молотый, соль.*

Судак, фаршированный целиком

С филе судака с кожей, но без костей, срезать мякоть, оставляя ее на коже слоем не толще 1 см. Положить на филе фарш. Для фарша пропустить через мясорубку мякоть рыбы, вымоченный в молоке белый хлеб, добавить спассерованный лук, сырое яйцо, растопленное сливочное масло, чеснок. Хорошо перемешать и взбить. Накрыть куском филе второй половины рыбы, придавая изделию форму целой рыбы.

На смазанный сливочным маргарином противень уложить рыбу, налить немного бульона, покрыть промасленной бумагой и припустить в жаровне.

Горячего фаршированного судака подать с отварным картофелем, полить рыбу паровым или томатным соусом.

***Состав**: судак — 1 кг, лук репчатый — 200 г, хлеб пшеничный — 200 г, молоко — 200 г, маргарин сливочный — 100 г, яйцо — 1 шт., чеснок, соус — 0,5 л, соль.*

Судак, рубленный в сухарях

Филе судака без кожи и костей разрезать на кусочки, посыпать солью и перемешать с мелко нашинкованным репчатым луком и зеленью петрушки. Все это пропустить сквозь редкую решетку мясорубки. Если предполагается небольшое количество порций, то рыбу лучше порубить на доске ножом. Приготовленную таким образом массу сформовать на изделия овально приплюснутой формы, смочить в яйцах, затем запанировать в сухарях и жарить на разогретой сковороде. Полить томатным соусом.

В качестве гарнира подать отварной картофель.

***Состав**: судак — 500 г, репчатый лук — 50 г, молоко — 20 г, яйца — 1 шт., сухари — 30 г, растительное масло — 30 г, томатный соус — 100 г, соль, зелень, гарнир.*

Филе судака в белом вине

Мясо судака отделить от костей и кожи, промыть, нарезать вдоль полосками, осторожно отбить каждую тяпкой, посолить, свернуть трубочкой. Фольгу нарезать полосками, промазать маслом и завернуть в нее свернутое трубочкой мясо судака, с тем чтобы он сохранил форму столбика, и поставить его в духовой шкаф. При подаче к столу мясо судака освободить от фольги, поставить на крутон из белого хлеба, сверху положить шампиньоны, хрящи крабов или раковые шейки, полить белым соусом.

В качестве гарнира к судаку подать отварной картофель, политый сливочным маслом.

Состав: *судак — 300 г, картофель — 30 г, сливочное масло — 6 г, соус — 100 г, грибы — 40 г, крабы — 5 г, белый хлеб — 50 г, соль.*

Судак с яйцом

Свежего судака разделать на филе с кожей, затем залить небольшим количеством воды, немного посолить и припустить. После чего опустить в маринад, приготовленный из лимонного сока, соли, перца, мелко нарезанного лука, и выдержать, пока он остынет. Приготовить соус: для этого в майонез следует добавить рубленый репчатый лук, мелко нарезанные соленые огурцы и зелень.

При подаче положить судака на тарелку, полить соусом, отдельно подать гарнир — маринованные огурцы, сладкий стручковый перец, вареные яйца. Посыпать зеленью петрушки.

***Состав**: судак — 400 г, лимон — 100 г, яйца — 2 шт., репчатый лук — 100 г, огурцы — 350 г, сладкий перец — 160 г, перец, соль, зелень, соус — 200 г;* ***для соуса**: майонез — 240 г, рубленый репчатый лук — 100 г, соленые огурцы — 100 г, зелень.*

Макрель в форме

Рыбу выпотрошить, промыть. Нарезать филейные кусочки, положить в смазанный маслом сотейник, посолить и посыпать слегка перцем. Сливки, кефир и мелко нарубленный чеснок смешать, облить этой смесью рыбу и сверху засыпать тертым сыром и сухарями и запечь.

Подать на стол с зеленым салатом и отварным картофелем.

***Состав**: макрель (или скумбрия) — 2 шт., сливки — 2 ст. ложки, кефир — 1 ст. ложка, сыр тертый — 2 ст. ложки, сухари молотые — 2 ст. ложки, чеснок — 4 дольки, перец черный молотый, соль.*

Пеламида запеченная

Очистить пеламиду, промыть и вымочить за ночь в разведенном водой уксусе, в который добавить лавровый лист, нарезанный ломтиками лук, морковь, нарезанную кружочками, немного зелени, петрушки и соли.

Отцедить рыбу и положить на противень. Полить подсолнечным маслом и запечь.

***Состав**: пеламида — 600 г, лук репчатый — 1 шт., лист лавровый — 1 шт., морковь — 1 шт., петрушка (зелень), масло подсолнечное — 5 ст. ложек, соль.*

Жерех запеченный

Филе рыбы без кожи и костей нарезать на порционные куски, посыпать солью, перцем, запанировать в муке и обжарить на топленом масле.

Обжаренную рыбу положить на смазанное маслом блюдо или сковороду.

Сырое яйцо смешать с молоком, посолить, добавить тертый сыр и крошки белого хлеба. Этой смесью залить куски рыбы, полить растопленной разогретой сметаной и запечь.

Подать рыбу в горячем виде на той же сковороде, на которой она запекалась.

***Состав**: жерех — 500 г, мука — 1 ст. ложка, масло топленое — 2 ст. ложки, хлеб белый (крошки) — 120 г, молоко — 0,5 л, сыр тертый — 2 ст. ложки, сметана — 0,4 стакана, перец черный молотый, соль.*

Кефаль запеченная

Красные помидоры нарезать кружочками, уложить на сковороду, посолить и посыпать мелко измельченной зеленью петрушки, сверху положить кефаль, предварительно посолив. Накрыть помидорами, посыпать зеленью петрушки, красным молотым перцем, солью, залить подсолнечным маслом и запечь.

Подать в холодном виде.

***Состав**: кефаль — 1 кг, помидоры красные — 250 г, петрушка (зелень) — 80 г, масло подсолнечное — 0,5 стакана, перец красный молотый, соль.*

Килька, запеченная с макаронами

Макароны отварить в большом количестве подсоленной воды в течение 15 минут и откинуть. Часть килек очистить, освободить от костей, порубить, перемешать с растительным маслом, подогреть на водяной бане и слегка поперчить. Откинутые макароны уложить в форму для запекания, смазанную сливочным маслом и посыпанную тертым сыром, двумя или тремя слоями, кладя на каждый из них полученную килечную массу и посыпая тертым сыром. Сверху положить целые, освобожденные от костей кильки, посыпать остатками тертого сыра и запечь.

Состав: *макароны (или макаронные изделия) — 300 г., кильки пряного посола (анчоусы) — 2 банки, сыр тертый — 150 г, масло растительное (оливковое) — 100 г, перец черный молотый, соль.*

Мойва с картофелем, запеченная по-русски

Мороженую мойву разделить на филе без костей, запанировать в муке, смешанной с солью, перцем, и обжарить до образования румяной корочки. Затем на сковороду, смазанную маргарином, уложить рыбу, сверху нарезанный кружочками отварной картофель, смазать сметаной, посыпать тертым сыром и запечь до образования золотистой корочки.

Подать с салатом из свежих овощей.

Состав: *мойва мороженая — 8 шт., картофель (отварной) — 6 шт., сыр тертый — 2 ст. ложки, сметана — 2 ст. ложки, мука — 1 ст. ложка, маргарин — 50 г, соль.*

Окунь морской, запеченный с грибами, луком и картофелем под сметанным соусом

На металлическое блюдо налить немного сметанного соуса, положить жареную рыбу, а вокруг нее — поджаренные ломтики картофеля. На рыбу уложить поджаренные белые грибы и репчатый лук, ломтики яиц и залить все сметанным соусом. Затем посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь. Подать, посыпав зеленью петрушки или укропом. Так же можно приготовить треску, щуку, сома.

Состав: *окунь морской — 600 г, мука — 1 ст. ложка, масло (топленое или растительное) — 100 г, масло сливочное — 50 г, грибы — 60 г, яйца — 3 шт., лук репчатый — 100 г, соус — 400 г, картофель — 600 г, петрушка (зелень), укроп, сыр тертый — 1 ст. ложка, соль.*

Печеные сардины

У сардин удалить головы, внутренности и кости, разрезав для этого рыбу со спины. Хорошо промыть внутренние полости и дать стечь воде. На смазанную растительным маслом сковороду посыпать петрушку, растертую с чесноком, и разместить радиально сардины хвостами к центру сковороды. Сверху посыпать мелко нарезанными каперсами, полить растительным маслом и запечь. Через 8 минут сбрызнуть лимонным соком. Подать на стол в горячем виде.

***Состав**: сардины — 500 г, масло растительное — 40 г, каперсы — 60 г, петрушка (зелень) — 20 г, чеснок — 20 г, соль.*

Сайра с помидорами

Очищенную сайру нарезать на кусочки шириной до 5 см. Посолить и посыпать красным молотым перцем. Свежие помидоры нарезать дольками, выложить в кастрюлю, добавить растительное масло и тушить на медленном огне при закрытой крышке, охладить и протереть через сито. Заправить толченым чесноком с солью, тонко измельченной зеленью петрушки и укропа, лимонным соком, сахаром, солью. Сайру обжарить до полуготовности, залить протертыми помидорами и поставить в жарочную печь. Дать остыть. Вместо сайры можно использовать скумбрию.

***Состав**: сайра — 500 г, помидоры свежие — 400 г, чеснок — 3 дольки, масло растительное — 4 ст. ложки, перец красный молотый, сахар, петрушка (зелень), укроп, соль.*

Салака с картофелем и шпиком

Салаку разделать. Дно порционной сковороды или противня покрыть тонкими ломтиками шпика, на который уложить ровным слоем сырой картофель, нарезанный ломтиками толщиной 5 мм, а на картофель — подготовленное филе салаки, сверху — снова слой картофеля. После этого уложенные в посуду продукты залить смесью молока, муки, яиц и мелко рубленного лука, посыпать тертым сыром или сухарями и запечь.

При подаче полить сливочным маслом и посыпать зеленью петрушки.

***Состав**: салака — 600 г, шпик — 60 г, картофель — 600 г, молоко — 1,5 стакана, мука — 1 ст. ложка, яйцо — 1 шт., лук репчатый — 100 г, сыр тертый — 1 ст. ложка, масло сливочное, петрушка (зелень), укроп, соль.*

Скумбрия с грибами

Очистить и нарезать кубиками морковь, корень сельдерея и лук. Потушить их в подсолнечном масле и воде, затем посолить. Когда овощи начнут поджариваться, добавить красного перца, нарезанные ломтиками грибы, очищенные и измельченные на терке красные помидоры и маслины. Когда сок помидоров выпарится, налить горячей воды, прибавить черного перца и мелко нарезанной зелени петрушки. Варить соус на слабом огне 30 минут, затем переложить его в подходящую посуду. Сверху уложить очищенную промытую рыбу и запечь.

Состав: *скумбрия — 500 г, морковь — 2 шт., сельдерей (корень) — 0,5 шт., лук репчатый — 2 шт., масло подсолнечное — 1 стакан, вода — 0,5 стакана, грибы — 250 г, помидоры — 5 шт., маслины — 6 шт., петрушка (зелень) — 2 ст. ложки, перец красный молотый — 1 ч. ложка, перец черный молотый — 1 ч. ложка, соль.*

Сом, запеченный в томатном соусе с грибами

На сковороду налить немного томатного соуса с грибами, положить припущенную рыбу, вокруг нее разместить ломтики вареного картофеля и все залить томатным соусом с грибами. Посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь. Подать на сковороде.

***Состав**: сом — 500 г, масло сливочное — 20 г, сыр тертый — 1 ст. ложка, картофель — 600 г, соус — 0,5 л, петрушка (зелень), соль, сухари молотые — 0,5 стакана, белое вино — 1 стакан, перец черный молотый, соль.*

Рыбные рулеты, запеченные с грибами

Рыбное филе посолить, сбрызнуть лимонным соком. Отваренные в воде или в собственном соку грибы мелко пошинковать и положить тонким слоем на рыбное филе вместе с нарезанными кружочками лука и петрушки. Рыбное филе завернуть рулетами и перевязать нитками длиной 10 см. Рулеты уложить в смазанную жиром огнеупорную посуду или форму, сверху положить кусочки масла и залить грибным или рыбным отваром. Между рулетами положить ломтики соленого огурца, залить густым сметанным соусом и посыпать молотыми сухарями, запечь, чтобы блюдо слегка подрумянилось.

Затем удалить нитки. На гарнир подать отварной картофель или рис.

***Состав**: рыба (филе) — 800 г, сок лимонный, грибы отварные — 200 г, петрушка (корень), отвар рыбный (или грибной) — 1 стакан, масло сливочное (или маргарин) — 2 ст. ложки, огурец соленый — 1 шт., соус сметанный — 1 стакан, сухари молотые, соль.*

Зразы рыбные по-бурлацки

Чистое филе (судака, щуки, морского окуня, трески) без кожи и костей нарезать ломтиками толщиной 1 см и слегка отбить тяпкой. Посолить, поперчить и на середину каждого из них положить фарш, свернуть зразы трубочкой, положить в сковородку швом вниз, добавить немного рыбного бульона, закрыть крышкой и тушить на медленном огне до готовности. При подаче готовые зразы полить соусом, украсить свежей зеленью.

Приготовление фарша. Мелко нарезанные белые грибы запассеровать с мелко нарубленной зеленью петрушки, мелко нарезанным репчатым луком, посолить, поперчить, добавить немного воды и тщательно размешать.

***Состав**: рыба — 1 кг, растительное масло — 40 г, соль, перец, бульон, соус «Польский» — 250 г;* ***для фарша**: белые грибы — 150 г, зелень, репчатый лук — 30 г, соль, перец, вода.*

Рыбные котлеты с маслом

Для приготовления котлет подходит любая некостистая рыба.

Сначала следует приготовить котлетную массу, двукратно пропуская рыбу и белый хлебный мякиш, замоченный в молоке или воде, через мясорубку. Фарш заправить перцем и солью, взбивая, размешать до получения однородной пышной массы и добавить размягченное сливочное масло. Котлетную массу выложить на влажное полотенце, сформовать лепешки, на середину которых положить кусочек масла с мелко нашинкованной зеленью петрушки или укропа. Лепешки с начинкой закатать в форме валиков, дважды смочить в яйце и обвалять в сухарях.

Котлеты обжарить и положить на гренки из обжаренного белого хлеба размером с котлету. В качестве гарнира подать обжаренный соломкой картофель.

***Состав**: рыбное филе — 500 г, черствый белый хлеб — 125 г, молоко — 1 стакан, соль, черный молотый перец, сливочное масло — 1 ст. ложка, сливочное масло для начинки — 100 г, зелень петрушки или укропа — 50 г, яйца — 2 шт., топленое масло — 2 ст. ложки, жареные гренки, картофель для гарнира — 500 г.*

Рыбное филе, запеченное с цветной капустой

Цветную капусту сварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг и разобрать на соцветия.

Рыбное филе посолить, сдобрить пряностями и тушить в собственном соку с добавлением масла (часть). Форму из огнеупорного стекла смазать жиром, посыпать молотыми сухарями и положить на нее слоями цветную капусту и рыбное филе. Из масла и крахмала сделать заправку, ввести сливки или молоко, посолить, добавить мускатный орех, тертый сыр и зелень петрушки, залить этой смесью филе с капустой и запечь. Подать с картофелем или с хлебом.

***Состав**: капуста цветная — 2 кочана, филе рыбное — 400 г, масло сливочное — 30 г, крахмал — 2 ч. ложки, яйца (желтки) — 2 шт., петрушка (зелень), орех мускатный тертый, сыр твердый тертый — 20 г, сливки (или молоко) — 1 стакан, жир, сухари молотые для обсыпки формы, пряности, соль.*

Сиг, запеченный с кабачками в сметанном соусе

Порционные куски рыбы посыпать солью, перцем, запанировать в муке, поджарить на масле. Положить жареную рыбу на сковороду, закрыть кружочками поджаренных кабачков, залить сметанным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь.

***Состав**: сиг — 500 г, мука — 1 ст. ложка, кабачки — 900 г, масло топленое — 1 ст. ложка, сыр тертый — 1 ст. ложка, масло сливочное — 1 ст. ложка, соус — 0,5 л, петрушка (зелень), укроп, перец черный молотый, соль.*

Окунь морской, тушенный с огуречным рассолом и овощами

Дно глубокого сотейника покрыть ровным слоем корней петрушки и сельдерея, нашинкованных тонкой соломкой или мелкими кубиками (3 мм), уложить на них в один ряд порционные куски рыбы, нарубленные с костями или без костей с кожей, посыпать толченой смесью мускатного ореха с черным душистым перцем, залить процеженным и прокипяченным огуречным рассолом и сухим виноградным вином так, чтобы рыбу едва покрывало жидкостью. Тушить, закрыв посуду крышкой, при слабом кипении в течение 30 минут.

С готовой рыбы слить бульон, нагреть его до кипения, прибавить муку, смешанную со сливочным маслом, и, помешивая, прогреть до загустения. Заправить солью, если требуется, добавить огуречный рассол или вино. Залить этим соусом рыбу и прогреть до кипения.

Подать с кнедликами из пшеничного хлеба, рассыпчатым отварным рисом или картофелем; рыбу полить соусом и посыпать зеленью петрушки. Это блюдо можно приготовить и без вина.

Так же можно приготовить треску, ставриду, камбалу, сома.

***Состав**: окунь морской — 600 г, сельдерей (корень) — 40 г, петрушка (корень) — 40 г, рассол огуречный — 2 стакана, вино виноградное — 0,5 стакана, мука — 1 ст. ложка, масло сливочное — 1 ст. ложка, соус — 200 г, орех мускатный, петрушка (зелень), укроп, перец черный молотый — 0,4 г, перец душистый — 0,4 г, соль.*

Клыкач в сметане с гречневой кашей

Филе клыкача разрезать на кусочки, посыпать солью, запанировать в муке и обжарить. На смазанную жиром сковороду положить рассыпчатую гречневую кашу, заправленную маслом, на нее — обжаренную рыбу, залить все соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть растопленным маслом и запечь.

Состав: *клыкач — 700 г, мука — 1 ст. ложка, маргарин — 2 ст. ложки, сыр тертый — 1 ст. ложка, масло сливочное — 2 ст. ложки, соус сметанный — 0,5 стакана, соль.*

Судак со щавелем

Свежий щавель перебрать, промыть, оборвать черешки, положить в посуду, влить в нее немного воды и поставить на слабый огонь минут на 15. Затем протереть сквозь сито с желтками и горчицей. Отдельно взятые листики щавеля мелко пошинковать и смешать с протертой щавелевой массой, посолить. В кастрюлю поместить обработанного судака, залить его вином и водой, добавить лук, коренья, зелень, лавровый лист, соль, раздробленный перец горошком, чабер, гвоздику, довести до кипения и припустить судака минут 30.

При подаче на блюдо положить пюре из щавеля, а на него готового судака, украсить все кружочками лимона и веточками эстрагона.

***Состав**: судак — 800 г, щавель — 750 г, отвар — 750 г, желтки — 3 шт., готовая горчица — 10 г, эстрагон — 4 веточки, лимон — 0,5 шт.; **для отвара**: вино — 300 г, вода — 300 г, репчатый лук — 80 г, морковь — 60 г, сельдерей — 50 г, соль, перец, гвоздика — 3 шт., лавровый лист, чабер — 1 шт.*

Соте из судака

Чистое филе судака без кожи и костей нарезать наискосок тонкими ломтиками, положить в сковороду, посолить, поперчить, влить вино и бульон. Из остатков судака сделать рубленую массу. Положить ее в кондитерский мешок и выдавить на каждый кусочек судака кольцо. Накрыть сковороду крышкой и довести рыбу до готовности. Сварить раков, вынуть мякоть из клешней, каркасы раков начинить этой массой и сварить в подсоленной воде. Белые грибы нарезать и потушить в масле.

При подаче на тарелку положить белые грибы, вокруг ломтики судака и раковые шейки, полить все это соусом и сверху украсить начиненными каркасами и зеленью петрушки.

Состав: *судак — 1 кг, свежие раки — 7 шт., белые грибы — 120 г, белое вино — 80 г, бульон — 100 г, соль, перец, белый соус с яйцом — 300 г, зелень — 20 г.*

Судак с грибным фаршем

Подготовленное филе судака без кожи и костей нарезать наискосок ломтиками толщиной 1 см, надрезать каждый ломтик пополам, но не до конца, а так, чтобы можно было положить фарш, придать форму шницеля, посолить, поперчить, запанировать в муке, смочить в яйце и обвалять в сухарях. Поджарить во фритюре, при подаче полить маслом.

В качестве гарнира подать жареный картофель, салат из огурцов и зелени.

Приготовление фарша. Растопленное масло смешать с мукой, посолить, развести горячим бульоном, прокипятить, перемешать с тушеными грибами, остудить.

***Состав**: судак — 500 г, масло — 20 г, белые грибы, яйцо — 1 шт., панировочные сухари — 50 г, масло для фритюра — 300 г, салат из свежих огурцов — 200 г, зелень — 10 г, соль, перец, картофель; **для фарша**: свежие белые грибы — 25 г, мука — 5 г, сливочное масло — 3 г, бульон — 70 г, соль.*

Судак запеченный закусочный

Сырого судака нарезать на порционные куски без позвоночной кости, положить на смазанную жиром сковороду. Сверху поместить шинкованный репчатый лук и нарезанный ломтиками сырой картофель. Муку соединить с растительным маслом, развести рыбным бульоном и этой массой залить судака, посыпать блюдо панировочными сухарями, сбрызнуть растительным маслом и запечь в духовом шкафу.

При подаче к столу посыпать рубленой зеленью петрушки.

***Состав**: судак — 500 г, картофель — 400 г, растительное масло — 50 г, зелень петрушки — 10 г, репчатый лук — 100 г, мука — 10 г, сухари — 10 г.*

Судак, запеченный с цветной капустой под молочным соусом

Сварить в подсоленной воде цветную капусту, разделить на отдельные соцветия, уложить в смазанную маслом сковороду. На капусту положить припущенные порционные куски рыбы. Бульон, оставшийся после припускання, уварить наполовину и полить им рыбу и капусту, после чего залить молочным соусом средней густоты, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь.

Так же можно приготовить треску, налима.

Состав: *судак — 600 г, капуста цветная — 600 г, масло сливочное — 60 г, сыр тертый — 1 ст. ложка, соус — 0,6 л, соль.*

Судак, запеченный в раковинах

Филе судака нарезать и припустить вместе с нарезанными белыми грибами или шампиньонами, раковыми шейками или крабами. В готовую рыбу добавить небольшое количество белого соуса, аккуратно перемешать и положить горкой в смазанные маслом или сливочным маргарином раковины, залить молочным соусом средней густоты, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь.

Готовую рыбу полить растопленным маслом и украсить кусочками крабов или шляпками вареных грибов. Так же приготовить осетрину, белугу, севрюгу.

***Состав**: судак — 500 г, масло сливочное (или маргарин сливочный) — 1 ст. ложка, грибы — 60 г, крабы — 40 г, сыр тертый — 1 ст. ложка, соус белый — 100 г, соус молочный — 400 г, соль.*

Треска, запеченная под луковым соусом с грибами

Сваренные в пряном отваре порционные куски рыбы, нарезанные от филе, положить на сковороду, обложить ломтиками вареного картофеля, залить луковым соусом с грибами, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом, запечь и подать на сковороде.

Так же можно приготовить щуку, судака, сома, налима.

Состав: *треска — 500 г, овощи и специи для пряного отвара — 10 г, масло сливочное — 1 ст. ложка, сухари молотые — 1 ст. ложка, картофель — 600 г, соус — 0,5 л, перец черный молотый, соль.*

Треска с помидорами

Филе трески без костей нарезать на порционные куски, посолить, обвалять в муке и обжарить на растительном масле до образования золотистой корочки. Положить на сковороду помидоры без кожицы, нарезанные на четвертинки, посолить, поперчить, добавить толченый чеснок с солью и все обжарить.

При подаче рыбу полить полученным соусом, загарнировать отварным картофелем, маринованными яблоками. Посыпать зеленью.

***Состав**: треска — 400 г, мука — 120 г, свежие помидоры — 3 шт., чеснок — 1 зубчик, растительное масло — 70 г, картофель — 250 г, маринованные яблоки — 100 г, соль, перец, зелень.*

Карп с грибами

Обработанного и промытого карпа положить в кастрюлю, добавить репчатый лук, нарезанный кольцами, морковь, сельдерей, нарезанные ломтиками, посолить, поперчить, добавить сливочное масло, белое вино, рыбный бульон, накрыть крышкой и поставить в жарочный шкаф на 25 минут. Готовую рыбу вынуть, а из бульона приготовить соус с добавлением грибов и сливок. В качестве гарнира подать картофельные крокеты, раковые шейки и вареные и припущенные в масле грибы. Посыпать зеленью.

При подаче на тарелку выложить готовую рыбу, рядом гарнир, залить приготовленным соусом. Соус по желанию можно подать отдельно.

Состав: *карп — 600 г, сливочное масло — 60 г, белое вино — 60 г, репчатый лук — 30 г, морковь — 25 г, сельдерей — 25 г, рыбный бульон — 150 г, крокеты — 100 г, раки — 7 шт., грибы — 120 г, соус — 150 г, соль, перец, зелень, сливки.*

Камбала в суфле из сыра

Чистое филе камбалы без кожи и костей свернуть трубочкой, обвязать ниткой и обжарить в масле до полуготовности, поперчить, посолить. Подготовленные формочки смазать маслом, в каждую положить по куску рыбы (они должны быть сухими).

Сыр протереть через терку и перемешать с желтками яиц до однородной массы, смешать ее со взбитыми в пышную пену белками и выложить в формочки поверх рыбы. Формочки поставить в духовку (очень горячую) на 15 минут. Готовое суфле должно быть пышным, с зажаренной корочкой.

Состав: *филе камбалы или палтуса — 1 кг, яичные желтки — 6 шт., яичные белки — 6 шт., швейцарский сыр — 150 г, сливочное масло — 120 г, соль, перец.*

Рыба в соусе

Репчатый лук разрезать на дольки, зелень для бульона перебрать, промыть, крупно нарезать, добавить лавровый лист, соль, перец, мускатный орех, кардамон, уксус и все это залить небольшим количеством воды и проварить. Рыбу подготовить, как сказано выше, нарезать на кругляши, залить горячим приготовленным отваром и поварить на огне, чтобы только чуть кипело, 20 минут. Масло распустить на сковороде, добавить муку и поджарить ее до светло-золотистого цвета, потом разбавить стаканом полученного бульона (процеженного), размешать, чтобы получилась однородная масса, добавить сметану, уксус, укроп, сахар, соль, перец, хрен и снять с огня. Затем вмешать туда один желток и нарезанную мелко петрушку.

При подаче на тарелку положить рыбу и залить ее густым соусом. Отварной картофель подать отдельно.

Состав: *рыба — 500 г, лук — 20 г, лавровый лист, перец горошком, смесь пряностей, букет зелени для бульона, 3 %-й уксус — 10 г, сливочное масло — 40 г, мука — 25 г, сметана — 70 г, укроп — 5 г, хрен — 5 г, яичный желток — 1 шт., мелко нарубленная зелень — 10 г, сахар, соль, перец, мускатный орех.*

Хек в молоке

Очищенный хек (или треску) разрезать на куски, поместить в кастрюлю, перекладывая шинкованным сырым луком, залить молоком, добавить туда растительное или сливочное масло, перец горошком, соль, лавровый лист и при слабом кипении довести до готовности. Приготовить соус: часть молока слить, развести им поджаренную с маслом муку, влить его в рыбу и прокипятить.

Рыбу подать с отварным картофелем, соусом, зеленью.

***Состав**: хек (треска) — 300 г, молоко — 100 г, мука — 1 ст. ложка, растительное масло — 25 г, сливочное масло (для соуса) — 25 г, лук — 70 г, картофель — 200 г, соль, перец, лавровый лист.*

Рыбные шашлыки

Шашлык из судака

Филе судака нарезать средними кусками, посолить, посыпать черным перцем. Дать немного постоять. Подготовить тонкие полоски из сала, нарезанные так, чтобы кусочек судака можно было бы полностью завернуть в полоску сала. Сало можно взять свежее или соленое, тогда кусочки рыбы необходимо меньше посолить или не солить совсем. Завернуть кусочки рыбы в полоски сала рулетиками, скрепить деревянными шпильками, нанизать на шампуры или деревянные шпажки и запечь на мангале или костре до готовности. В процессе запекания кусочки рыбы слегка сбрызнуть лимонным соком или разведенной в воде лимонной кислотой.

Шашлык из осетрины

Осетрину, сняв с нее кожу и удалив хрящ, нарезать на кусочки по 50 г, нанизать на шампуры и жарить над углями в мангале или костре. По желанию и вкусу можно перед жареньем перемешать рыбные кусочки с тертым луком, солью и перцем. Готовый шашлык сбрызнуть соком лимона, подать отдельно соль, специи и зелень.

Шашлык из щуки

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, хорошо промыть, обсушить.

Нарезать на куски средних размеров, посолить, поперчить, нанизать на шампура и обжарить над раскаленными углями до готовности.

Подать к столу с луком и гранатом.

Состав: *щука средней величины — 2 шт., лук — 2 шт., гранат, соль, перец.*

Шашлык из белуги

Рыбу разделить на крупные куски, посолить, поперчить, нанизать на шампура и жарить до готовности над раскаленными углями.

Подать к столу с нарезанным кольцами луком и гранатом или наршарабом.

Состав: *рыба — 1 кг, лук — 2 шт., гранат — 1 шт., наршараб, соль, перец.*

Шашлык из шамайки

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, помыть, посолить и поперчить сверху и внутри, насадить на шампура и жарить на мангале над раскаленными углями.

Подать с луком, полить гранатовым соком, посыпать зеленью.

***Состав**: шамайка — 4 шт., репчатый лук — 2 шт., гранат — 1 шт., соль, перец, зелень.*

Шашлык из кутума

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, вытащить жабры и хорошо промыть.

Нарезать ее на крупные куски, посолить, поперчить, нанизать на шампура и обжарить над раскаленными углями.

Подать к столу с луком, гранатом и лимоном.

Состав: *кутум средней величины — 2 шт., лук — 2 шт., гранат — 1 шт., лимон — 1 шт., соль, перец.*

Шашлык из жереха

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, хорошо промыть, обсушить.

Нарезать рыбу на куски средних размеров, посолить, поперчить, нанизать на шампура и обжарить на мангале над раскаленными углями. При подаче рыбу сбрызнуть лимонным соком, украсить зеленым луком.

***Состав**: жерех средней величины — 2 шт., лимон — 1 шт., зеленый лук, соль, перец.*

Шашлык из лососины

Очищенную и промытую рыбу разделить на куски средних размеров, посолить, поперчить и нанизать на шампура. Жарить на мангале над раскаленными углями.

При подаче рыбу посыпать сумахом, отдельно подать нарезанный кольцами лук, наршараб.

Состав: *рыба — 1 кг, репчатый лук — 2 шт., лимон — 1 шт., наршараб, сумах, соль, перец.*

Шашлык из судака с лимоном

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, нарезать на куски, посолить и поперчить. Нанизать рыбу на шампура и жарить над раскаленными углями.

Подать с луком, лимоном и зеленью.

***Состав**: судак средней величины — 2 шт., соль, перец, зелень, лук — 2 шт., лимон — 1 шт.*

Шашлык-ассорти из рыбы

Шашлык делается из филе нескольких сортов морской рыбы: окуня, ставриды, трески. Филе нарезать кусочками, посолить, поперчить, добавить нарубленную зелень укропа и петрушки, полить лимонным соком и выдержать около часа. Смазать кусочки рыбы сметаной, нанизать на деревянные шпажки и жарить на мангале или над углями костра.

Шашлык из рыбных трубочек

Тонкие ломтики филе рыбы, подготовленные по системе «три-П» (почистить, подкислить, подсолить), смазать горчицей или острой томатной пастой, посыпать тертым луком и рубленной зеленью, свернуть трубочками, скрепить деревянными шпильками. Нанизать рыбные трубочки на шампуры, чередуя их с кусочками сала, посолить, поперчить, смазать растительным маслом и запечь над углями костра.

Шашлык из белуги с лимоном

Рыбу разделить на крупные куски, посолить, поперчить, нанизать на шампура и жарить над раскаленными углями до готовности.

При подаче сбрызнуть рыбу лимонным соком, а также отдельно подать лук с лимоном и зеленью.

Состав: *белуга — 1 кг, лук — 2 шт., лимоны — 2 шт., соль, перец, зелень.*

Шашлык из белуги (бастурма)

Рыбу нарезать на небольшие куски, посолить, поперчить, сложить в эмалированную кастрюлю, переложив нарезанным на дольки лимоном, луком, нарезанным кольцами. Закрыть кастрюлю крышкой и выдержать 2 часа в прохладном месте.

Нанизать на шампура и жарить над раскаленными углями. При подаче рыбу посыпать сумахом.

Состав: *белуга — 1 кг, лук — 4 шт., лимоны — 2 шт., соль, перец.*

Шашлык из речной рыбы

Речную рыбу (величиной 30 см) очистить от чешуи, выпотрошить, удалить жабры, хорошо промыть. Посолить и поперчить рыбу сверху и внутри, насадить на шампура. В нескольких местах на коже сделать вертикальные надрезы.

Жарить рыбу на мангале над раскаленными углями.

Подать с луком и гранатом, можно посыпать зеленью.

***Состав**: рыба — 4 шт., лук — 2 шт., гранат — 1 шт., соль, перец, зелень петрушки.*

Люля-кебаб из судака

Подготовленную мякоть рыбы вместе с тремя луковицами пропустить через мясорубку, посолить, поперчить, добавить яйцо, хорошо размешать и на 20 минут поставить на холод.

Из оставшегося лука приготовить луковую кашицу, пропустить лук несколько раз через мясорубку.

Подготовленный и охлажденный фарш нанизать в виде сарделек на шампура и обжарить до полуготовности над раскаленными углями. После этого обмазать люля сверху луковой кашицей и довести люля до готовности.

Подать с зеленым луком, нарезанным мелко, лимоном, сумахом.

***Состав**: рыба — 1 кг, лук — 5 шт., соль, яйцо — 1 шт., перец и зелень.*

Рыба, запеченная в фольге

Отварить подготовленную рыбу в подсоленной воде. Приготовить мучную пассеровку (муку поджарить с маслом на сковороде), затем влить бульон и проварить. Снять соус с огня, добавить желток, специи и пряности. В фольгу, смазанную жиром, уложить приготовленную рыбу, помидоры, нарезанные кружочками, панировочными сухарями, залить готовым соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь в жарочном шкафу.

При подаче украсить ломтиками лимона, помидорами, зеленью. Гарнировать картофелем.

***Состав**: рыба — 500 г, масло — 50 г, мука — 10 г, рыбный бульон — 400 г, яичный желток — 1 шт., сыр — 40 г, сухари — 15 г, масло — 20 г, лимон — 1 шт., помидоры — 100 г, зелень, специи, пряности.*

Рыба, запеченная в золе

Развести костер. Рыбу не потрошить, натереть солью против чешуи. Угли засыпать золой, на золу положить рыбу, покрыть ее золой и засыпать углями. Через 30 минут рыба будет готова.

Рыба, печенная на камне

Подобрать ровную каменную плиту, хорошо раскалить на угольях костра и положить на нее подготовленную (потрошеную, посоленную, со специями в брюшной полости) рыбу. Примерно через четверть часа перевернуть. Еще спустя столько же времени рыба будет готова к употреблению.

Сельдь, фаршированная грибами, запеченная в фольге

Соленую сельдь вымочить в воде, затем удалить голову, внутренности и кости, оставляя рыбу целой со стороны спинки. Грибы промыть, лук очистить от кожуры, нашинковать. Шинкованные грибы и лук потушить в масле, добавить рубленое вареное яйцо и сметану. Сельдь нафаршировать грибами. Каждую сельдь в отдельности обернуть фольгой и запечь.

Гарнировать печеным или отварным картофелем и пикантным томатным, винным соусом или соусом с луком.

***Состав**: сельдь — 3 шт., грибы отварные — 1 стакан, лук репчатый — 2 шт., маргарин (или сливочное масло) — 2 ст. ложки, яйцо, сваренное вкрутую, — 1 шт., сметана — 3 ст. ложки.*

Усач, запеченный в фольге

Почистить и помыть 5 штук рыбы-усача. Подсушить салфеткой, посолить и посыпать черным перцем.

Нарезать ломтиками свежие грибы. Посолить, посыпать черным перцем, добавить мелко нарезанную зелень петрушки и хорошо размешать.

Завернуть в фольгу, смазанную подсолнечным маслом, каждую рыбку вместе с частью смеси и свернуть рулетом. Туго завернуть с обеих сторон, чтобы при запекании не вытекал сок.

Приготовленную таким образом рыбу можно запекать на решетке (около 25 минут). Подавать с отварным картофелем или морковью, заправленными разогретым маслом.

Состав: *усач — 1 кг, лук репчатый — 2 шт., грибы свежие — 100 г, петрушка (зелень) — 100 г, перец черный молотый — 1 ч. ложка, соль.*

Угорь печеный

Запекать лучше молодых угрей, не снимая с них кожи. Для этого тщательно соскоблить ножом с кожи слизь, протереть солью, вымыть, разрезать брюшко, удалить внутренности и, снова вымыв, осушить салфеткой. Подготовленную рыбу посыпать солью, смазать изнутри и снаружи сливочным маслом, поместить на сковороду или противень и печь в жаровне или гриле до полной готовности, периодически смазывая поверхность тушек маслом. Готовую рыбу залить красным соусом с вином. Подать, посыпав зеленью петрушки. Гарнир — картофельное пюре.

***Состав**: угорь — 600 г, масло сливочное — 60 г, соус — 400 г, петрушка (зелень), соль.*

Рыба печеная с хреном

Подготовленную рыбу обсушить, сбрызнуть уксусом, посолить, разложить на смазанную маслом сковороду, облить растопленным маслом и запечь, часто поливая жиром и водой. Готовую рыбу облить слегка подсоленной и подсахаренной сметаной, смешанной с тертым хреном, и печь еще несколько минут. Подать на сковороде с картофелем.

***Состав**: рыба (треска, карп, щука, судак, лещ) — 1,2 кг, масло сливочное — 3,5 ст. ложки, сметана — 6 ст. ложек, хрен — 90 г, уксус — 2 ст. ложки, сахар, соль.*

Рыба, запеченная в бумаге

На песке развести костер. Рыбу выпотрошить, чешую не снимать, изнутри натереть солью, положить специи. Когда огонь хорошо раскалит песок, в него зарыть рыбу обернутую в несколько слоев мокрой бумаги, сверху устроить огонь. Вкусное блюдо готово через 40 минут.

Рыба, приготовленная на рожне

Выпотрошить рыбу, чешую оставить, натереть изнутри солью, нанизать через рот до хвостового плавника на заостренную палочку, которую воткнуть наклонно в землю у костра. Расстояние от огня будет оптимальным, когда удастся выдержать рукой жар 3 секунды. Тушку время от времени поворачивать для равномерного прожаривания.

Готовая рыба легко отделяется от чешуи.

Сельдь свежая, запеченная с яйцом

Филе свежей сельди с кожей без костей посыпать солью, перцем, запанировать в муке и обжарить на подсолнечном или топленом масле.

Обжаренную рыбу положить на металлическое овальное блюдо или лоток для запекания. Сырое яйцо смешать со сметаной и рубленным сыром, репчатым или зеленым шинкованным луком и посолить. После этого залить рыбу смесью и запечь. При подаче посыпать зеленью.

***Состав**: сельдь — 400 г, мука — 1 ст. ложка, масло подсолнечное — 1,5 ст. ложки, сметана — 80 г, лук репчатый (или зеленый) — 80 г, перец черный молотый, соль.*

Скумбрия в фольге

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, тщательно вымыть. Петрушку, каперсы, укроп, лимонную цедру, красный и черный перец, соль смешать, полить все растопленным сливочным маслом, снова перемешать и нафаршировать выпотрошенную рыбу.

Вырезать из фольги прямоугольник такого размера, чтобы в него можно было завернуть целую рыбу. Смазать прямоугольник маслом, завернуть каждую тушку. Уложить рыбу на решетку и запечь.

Если рыба подается к столу не сразу, ее можно подогреть, не вынимая из фольги.

Перед подачей к столу фольгу снять, и рыбу выложить на тарелки. Подавать с ломтиками лимона. Рыбу можно подать и в фольге, предварительно закрутив углы наружу.

***Состав**: скумбрия — 4 шт., петрушка (зелень), мелко нарезанная, — 100 г, укроп — 50 г, каперсы — 100 г, масло сливочное — 4 ст. ложки, цедра лимонная (натертая) — 1 ч. ложка, перец красный молотый — 2 г, перец черный молотый — 0,5 г, соль.*

Блюда из теста с рыбой

Осетрина в тесте

Звенья осетрины нарезать на ломтики толщиной 1 см, а их в свою очередь — брусочками, ошпарить и промыть в воде, чтобы не было свернувшихся белков. Отдельно приготовить маринад из смеси растительного масла, лимонного сока и мелко нарезанной зелени. Подготовленные рыбные брусочки выдержать в маринаде 30 минут. Пока маринуется рыба, приготовить тесто-кляр.

Приготовление теста-кляр. Просеянную муку развести теплым молоком, добавить немного растительного масла, соль, а перед самым жарением еще и взбитые белки.

Брусочки рыбы нанизать на вилку, опустить в подготовленный кляр и тут же обжарить во фритюре. При подаче на тарелку положить салфетку, на которую горкой выложить обжаренные брусочки осетрины, украсить блюдо лимоном и зеленью, рядом можно положить вареный картофель.

***Состав**: осетрина — 300 г, зелень петрушки — 10 г, картофель — 200 г, лимон — 0,5 шт., зелень — 5 г, растительное масло для фритюра — 200 г; **для маринада**: растительное масло — 20 г, сок лимона — 20 г; для кляра: мука — 125 г, яйца — 2 шт., молоко — 100 г, растительное масло — 35 г, соль.*

Рыбный пирог

На теплом молоке замесить дрожжевое, песочное или слоеное тесто и поставить его в теплое место на подъем на 1,5 часа. Когда тесто увеличится в объеме в два раза, его вымесить на столе, подпыленном мукой. Готовое тесто раскатать в два пласта толщиной 1 см, один пласт навернуть на скалку и перенести на трехбортный металлический лист, смазанный маслом. На пласт теста выложить тонкий слой фарша из вязиги, саго или риса, а сверху разместить небольшими кусками сырую, заранее подсоленную рыбу, на нее уложить мелко нарезанный лук, лавровый лист, посыпать слегка перцем и сбрызнуть маслом. Наложить второй пласт теста, края защипнуть и поставить пирог на расстойку на 5 минут. Верх пирога смазать маслом и обсыпать толчеными сухарями.

Пирог выпекать при температуре 220 °С, продолжительность выпечки 60 минут. Готовый пирог снять с листа, переложить на стол, застланный в несколько рядов бумагой и накрыть салфеткой.

Подготовить рыбу. У рыб осетровых пород отрубить голову, обрезать плавники, спинные жучки и разрезать вдоль по хребту пополам. Затем рыбу опустить в кипящую воду на 3 минуты и срезать ножом боковые жучки, чтобы поверхность рыбы была совершенно гладкая и не царапала руки. Если жучки плохо снимаются, то рыбу следует вторично погрузить в кипяток на 2 минуты. После очистки рыбу вторично промыть, нарезать кусочками, положить в миску и посолить.

Частиковую рыбу перед очисткой залить холодной водой на 30 минут. Затем очистить от чешуи, аккуратно разрезать брюшко, вынуть жабры и внутренности, обрубить голову и плавники. После этого рыбу промыть, распластовать, по возможности вырезать хребтовые кости. Разрезать рыбу на небольшие куски, уложить в миску и засолить на 2 часа.

Свежемороженую рыбу залить холодной водой для оттаивания. Соленую рыбу замочить в холодной воде на 24 часа, меняя воду три-четыре раза. Затем рыбу очистить от чешуи и разрезать на куски.

***Состав для теста**: мука — 7 стаканов, молоко или вода — 2 стакана, масло сливочное (можно растительное) — 100 г, яйца — 2 шт., сахарный песок — 1 ст. ложка, соль — 1,5 ч. ложки, дрожжи — 50 г; **для фарша**: рыба (осетрина, нельма, судак и др.) — 1,5 кг, лук репчатый — 2 шт., лавровый лист — 2 листочка,*

сухари толченые — 3 ст. ложки, соль — 1,5 ст. ложки, перец, рис — 300 г, масло (можно растительное) — 4 ст. ложки.

Пирог сибирский с рыбой

Приготовить дрожжевое опарное тесто, поделить его на две равные части, раскатать каждую часть в форме шара и дать тесту несколько расстояться в теплом месте. Затем одну часть теста раскатать в пласт толщиной 1 см. Тесто слегка посыпать мукой, завернуть на скалку и разложить на смазанный жиром лист. На тесто поместить куски сырого рыбного филе, посыпать солью, перцем, поджаренным луком, закрыть вторым раскатанным пластом теста. Пирог поставить на расстойку на 25 минут.

После расстойки пирог смазать яйцом, проколоть в нескольких местах ножом для выхода пара и выпечь при температуре 230 °С в течение 50 минут. Готовый пирог смазать маслом.

***Состав**: мука — 2 стакана, сахарный песок — 1 ст. ложка, масло — 3 ст. ложки, яйца — 3 шт., молоко — 0,7 стакана, дрожжи — 15 г;* ***для начинки**: рыбное филе — 600 г, репчатый лук — 100 г, растительное масло — 2 ст. ложки, соль и перец.*

Многослойный пирог с рыбой и рисом

Дрожжевое, песочное или слоеное тесто разделить на две части так, чтобы одна часть была больше другой. Больший кусок теста раскатать в тонкий пласт, обернуть вокруг скалки и переложить на смазанный маслом противень так, чтобы край теста доходил до края листа. Положить начинку на тесто слоем толщиной 1,5 см и покрыть пластом, раскатанным из оставшегося теста. Край нижнего пласта поднять на верхний пласт теста и сформовать при помощи вилки край пирога.

Если пирог выпекают из дрожжевого теста, то следует поставить его на расстойку, затем смазать яйцом, наколоть в некоторых местах спицей и выпекать в жаркой духовке 25 минут. Вынув из духовки, нужно смазать пирог растопленным маслом и переложить с противня на пирожковую доску.

Второй пласт теста можно также предварительно нарезать на полоски шириной 1,5 см и покрыть ими начинку в виде решетки.

Засыпать рис в кипящий бульон или воду, добавить половину всего количества масла, посолить и тушить на слабом огне 25 минут. Дать охладиться. Тесто раскатать в тонкий пласт, разрезать на полосы шириной 22 см и переложить на салфетки. Вдоль полосы положить рубленое яйцо, посыпать его укропом и покрыть рисом. На рис выложить маленькие кусочки сливочного масла, рубленый зеленый лук и затем куски рыбы. Края теста поднять на начинку. Перекладывая пирог, взяться за салфетку с двух сторон у концов пирога и перевернуть его на противень. Таким образом, шов пирога окажется внизу. Выпекать так же, как описано в предыдущем рецепте.

***Состав для начинки**: рыбное филе, тушенное в небольшом количестве сливочного масла, — 300 г, рис — 75 г, рыбный отвар или вода — 2 стакана, сливочное масло — 60 г, сваренные вкрутую яйца — 3 шт., рубленый укроп — 1 ст. ложка, рубленый зеленый лук (перец) — 4 ст. ложки, яйцо для смазки.*

Пирог с рыбой и картофелем

Рыбу очистить, срезать филе и обжарить на масле, запанировав в муке. На слой теста выложить порезанный кружками картофель, приготовленную рыбу и нарезанный кольцами лук. Начинку покрыть раскатанным до толщины 5 мм слоем теста, наколоть вилкой.

Пирогу можно придать четырехугольную форму или сделать его в виде лодочки.

***Состав**: тесто; рыба — 1 кг, вареный картофель — 500 г, мука — 2 ст. ложки, лук — 5 шт., соль, растительное масло.*

Пирог с икрой

Икру опустить в кипящую воду и варить 10 минут. Затем смешать с яйцами, зеленью, панировочными сухарями или размоченными в молоке и размятыми ломтиками белого хлеба, соком лимона и анчоусной пастой. Приправить перцем и солью и выложить в смазанную жиром форму. Сверху положить слой картофельного пюре, на него — кусочки маргарина. Форму поставить в духовку со средним жаром и запекать пирог в течение 30 минут. Подать с зеленым салатом.

***Состав**: икра свежая трески или щуки — 750 г, яйца — 2 шт., зелень петрушки или укропа мелко нарезанная — 3 ст. ложки, хлеб белый — 2 ломтика или сухари панировочные — 5 ст. ложек, соль, перец, паста анчоусная — 1 ст. ложка, сок лимона — 2 ч. ложки, пюре картофельное — 1 стакан или картофель отварной мелко нарубленный, маргарин.*

Рыбная начинка

Рыбу вынуть из отвара и дать жидкости стечь. Выложить рыбу ровным слоем на смазанную растительным маслом поверхность теста, украсить мелкими помидорами и маринованными луковицами, посыпать красным или черным перцем и измельченным эстрагоном или рубленым укропом.

Сыр нарезать на маленькие кубики, которые равномерно распределить по поверхности начинки. Выпекать в духовке при средней температуре в течение 20 минут. Вместо тушеной рыбы в качестве начинки можно использовать рыбные консервы, например, тунец в масле или в собственном соку.

***Состав**: тушеное рыбное филе — 400 г, маринованный лук — 100 г, мелкие свежие или консервированные томаты — 200 г, эстрагон, перец, сыр — 150 г.*

Начинка из рыбы и риса

Рис отварить. Лук изрубить и подрумянить в масле. Рыбное филе и яйца измельчить, смешать с другими продуктами, посолить, заправить перцем и рубленым укропом. Так же приготовляется и начинка из копченой рыбы и риса.

***Состав**: отварное или тушеное рыбное филе — 200 г, рис — 75 г, рыбный отвар или вода — 1 стакан, соль, лук — 1 шт., сливочное масло — 30 г, сваренные вкрутую яйца — 2 шт., соль, перец, рубленый укроп — 1 ст. ложка.*

Начинка из рыбного филе

Рыбное филе нарезать на маленькие куски, посыпать солью и перцем и тушить в масле. Лук мелко изрубить, обжарить в небольшом количестве масла до золотистого цвета и добавить к тушеной рыбе. Начинку заправить рубленым укропом и перцем.

***Состав**: рыбное филе — 600 г, лук — 1 шт., сливочное масло — 30 г, соль, перец, рубленый укроп.*

Блюда из раков

Раки вареные простые

Тщательно промыть под проточной водой живых раков, уложить в кастрюлю, добавить зелень петрушки и укропа, влить воду, посолить. Варить раков, пока они не станут полностью красными. Уложить раков на блюдо, шейками к середине, и подать горячими.

Состав: *раки средней величины — 40 шт., рубленая зелень укропа и петрушки — 1 ст. ложка, соль — 1 десертная ложка, вода — 2 стакана.*

Раки, сваренные по-русски

В большую кастрюлю налить воду, круто посолить, добавить пучки зелени, очищенные луковицы и слегка прокипятить. Затем положить в кипящую воду подготовленных раков и варить, чтобы они всплыли на поверхность и стали ярко-красного цвета. Оставить раков в горячей воде до подачи их на стол и затем полностью отцедить отвар. Переложить горячих раков на блюдо, взбрызнуть портвейном и прикрыть плотным полотенцем на 5 минут для аромата.

***Состав**: раки — 50 шт., зелень укропа и петрушки — по 1 пучку, лук — 3 шт., соль.*

Раки вареные ароматные

В кастрюлю влить сметану и вино, положить сливочное масло, немного соли и тмина и дать закипеть на слабом огне.

Сразу же положить в кастрюлю хорошо промытых раков, прикрыть крышкой и варить около получаса (в зависимости от величины раков), чтобы все раки стали ярко-красными.

Горячих раков уложить на блюдо шейками к середине и полить получившимся при варке соусом.

Состав: *раки — 30 штук, сметана — 1,5 стакана, вино — 0,5 стакана, сливочное масло — 1 ст. ложка, соль и тмин.*

Раки вареные с гарниром из петрушки

Подготовленных раков переложить в кастрюлю с небольшим количеством кипящей соленой воды, в которой предварительно отварен пучок укропа. Варить раков примерно в течение 5 минут с момента закипания до полного их покраснения.

Горячих раков уложить на блюдо пирамидой и по краю блюда уложить много зелени петрушки.

***Состав**: крупные раки — 30 шт., укроп — 1 большой пучок, соль, свежая зелень петрушки.*

Цельные вареные раки

30 штук крупных, живых раков опустить сперва в большое количество воды, помешать их лопаточкой, чтобы сполоснуть от грязи, откинуть на решето. Когда вода стечет, опустить в небольшое количество посоленного кипятка, в котором предварительно вскипятить пучок укропа. Вода от холодных раков остынет, и когда вновь закипит, то от минуты закипания варить минут пять. Подавать горячими. Вынуть дуршлаговой ложкой, уложить на блюдо пирамидой, гарнировав блюдо кругом зеленой петрушкой.

Вкусные раки

Влить в кастрюлю 1,5 стакана свежей сметаны, 0,5 стакана вина, положить ложку сливочного масла, немного соли и тмину, дать потихоньку закипеть, положить тотчас 30 крупных, вымытых раков, накрыть кастрюлю крышкой, дать повариться минут 20, выложить на блюдо, облить соусом или вскипятить их в вине с кореньями, ложкой масла и небольшим количеством красного перца.

Раки, сваренные в вине

Раков тщательно подготовить, уложить в кастрюлю, положив на дно тонко нашинкованные разные коренья (морковь, петрушку, сельдерей, пастернак). Влить вино, добавить сливочное масло, соль и молотый черный перец или горошины перца.

Варить раков на среднем огне до полной готовности и подать сразу же, горячими.

***Состав**: раки — 40 шт., вино — 1 стакан, сливочное масло — 1 ст. ложка, шинкованные коренья, соль и перец.*

Соусы и маринады для рыбных блюд

Горчичная заправка с яичным желтком

Вареные яичные желтки растереть с солью, молотым перцем, сахаром, столовой горчицей, развести уксусом, добавить растительное масло и хорошо перемешать.

Состав: *100 г растительного масла, 1 яичный желток, 1 ч. ложка горчицы, 0,5 стакана столового уксуса 2 %-го, 1,5 ч. ложки сахарного песка, 0,5 ч. ложки соли, щепотка молотого перца.*

Горчичная заправка с майонезом

Столовую горчицу растереть с солью, молотым перцем и сахаром, смесь развести уксусом и размешать с майонезом.

***Состав**: 100 г майонеза, 150 г уксуса 3 %-го, по 1 ч. ложке горчицы и сахара, 1/4 ч. ложки соли, щепотка молотого перца.*

Салатная заправка

Смешать сахар, соль, молотый перец, развести столовым уксусом и добавить растительное масло.

***Состав**: 125 г масла растительного, 125 г уксуса 3 %-го, 1 ч. ложка сахарного песка, 0,5 ч. ложки соли, щепотка молотого перца.*

Салатная заправка со сметаной

В салатную заправку добавить сметану и размешать.

Состав: *3/4 стакана салатной заправки, 1/4 стакана сметаны.*

Укропная заправка

Сахар, соль, молотый перец развести уксусом, добавить растительное масло, мелко нарезанный зеленый укроп или 1 каплю укропного масла (из самой маленькой пипетки). Смесь хорошенько размешать.

***Состав**: 100 г растительного масла, 150 г уксуса 3 %-го, 1,5 ч. ложки сахарного песка, щепотка молотого перца, 0,5 ч. ложки соли, 10 г укропа.*

Майонез домашний

В глубокую овальную чашку положить сырые яичные желтки, соль, сахар, столовую горчицу и растереть деревянной лопаткой или ложкой (не алюминиевой) до получения однородной массы. Затем, непрерывно помешивая, влить тонкой струёй и небольшими порциями подсолнечное рафинированное масло (по 1 чайной ложке). Каждую новую порцию добавлять лишь после того, как предыдущая хорошо соединится с желтками. Когда соус загустеет и будет держаться на лопатке, не стекая, добавить по вкусу столовый уксус или лимонный сок — они придадут соусу не только острый вкус, но и белизну и более жидкую консистенцию.

Если во время приготовления соуса произойдет отделение масла, так называемое отмасливание, однородную консистенцию следует восстанавливать следующим образом.

В отдельную тарелку положить яичный желток, добавить одну четверть чайной ложки горчицы, растереть и понемногу (по столовой ложке), помешивая, добавить расслоившийся майонез. Соус смешивается до получения однородной массы. Таким же способом можно исправить расслоившийся майонез промышленного изготовления.

***Состав**: 185 г растительного масла,1,5 яичного желтка, 3 ст. ложки уксуса 3 %-го, по 0,5 ч. ложки горчицы, соли, сахара.*

Майонез с томатом

Томат-пюре довести до кипения и охладить. Репчатый лук мелко порубить и обжарить на растительном масле (лук должен быть мягким, сладковатым и не хрустеть) и тоже охладить. Майонез смешать с подготовленными томатом-пюре, луком и мелко нарезанной зеленью укропа или петрушки.

Состав: *200 г майонеза, 1 ст. ложка томата-пюре, 1 ч. ложка растительного масла, 1 головка репчатого лука, 1 ч. ложка нарезанной зелени.*

Майонез с томатным соком, сметаной и желе

Желатин залить томатным соком и дать ему набухнуть 40 минут. Смесь поставить на слабый огонь и, постоянно помешивая, растворить до жидкой консистенции. Снять и охладить до температуры 30°, добавить майонез, сметану, соус «Московский», уксус, хорошо вымешать и охладить.

Соус применяется для приготовления заливных блюд и закусок.

***Состав**: 4 ст. ложки майонеза, 2 ч. ложки желатина, 10 ст. ложек томатного сока, 1 ст. ложка сметаны, 2 ст. ложки 3 %-го уксуса, 0,5 ч. ложки соуса.*

Соус-хрен

Натертый хрен заварить кипятком и закрыть крышкой. Когда хрен остынет, добавить по вкусу 3 %-й уксус, соль, сахар. В готовый соус можно добавить натертую мякоть свеклы, которую предварительно отварить.

***Состав**: 125 г тертого хрена, 6 ст. ложек 3 %-го уксуса, 1 ч. ложка сахарного песка, 0,5 ч. ложки соли, 0,5 стакана кипятку, 1 мелкая свекла.*

Майонез розовый с желе

Желатин залить кипяченой теплой водой и дать ему набухнуть в течение 50 минут. Красную свеклу очистить и натереть на терке. Положив все это в посуду, влить холодную кипяченую воду, добавить столовый уксус и довести до первых признаков кипения. Смесь снять с огня и дать настояться. После чего настой необходимо процедить через сито.

В набухший желатин влить охлажденный настой, тщательно перемешать. Поставить на слабый огонь и, не переставая помешивать, растворить желатин в настое. Вылить в формочки и охладить до полного застывания.

***Состав**: 100 г майонеза, 3 ч. ложки желатина, 1 мелкая свекла, 2 ст. ложки уксуса столового 3 %-го, 6 ст. ложек воды для желатина, 6 ст. ложек свекольного отвара, 0,5 ч. ложки соуса «Московский».*

Соус белый рыбный с лимонным соком

Пшеничную муку обжарить с жиром на слабом огне. Для этого в кастрюлю положить жир и, когда он распустится, смешать его с мукой и обжарить, помешивая, до светло-желтого цвета. Чтобы обеспечить равномерное обжаривание муки, соотношение жира и муки должно составить 1:1. После обжаривания муку охладить до температуры 60° и соединить с бульоном. А именно: непрерывно помешивая лопаточкой, небольшими порциями (по столовой ложке) вливать горячий бульон, и каждый раз быстро промешивать до исчезновения комочков. Когда получится масса консистенции густой сметаны, бульон можно уже добавлять несколько большими порциями. Бульон добавлять до тех пор, пока соус не станет однородным, как жидкая сметана. Добавить мелко нарезанные и слегка обжаренные лук, коренья (петрушку, сельдерей). Проваривать соус на слабом огне в течение 30 минут.

Если во время проваривания соус становится очень густым, следует еще добавить бульон.

Затем соус процедить, а овощи протереть через сито, соединить с соусом, добавить по вкусу соль, лимонный сок или лимонную кислоту, довести до кипения, отодвинуть на край плиты. Добавить в соус кусочки сливочного масла и хорошо перемешать. Для этого разливательной ложкой набирать соус и, приподнимая его над кастрюлей на высоту 25 см, тонкой струёй выливать его обратно в соус. Такую операцию следует провести 10 раз.

При этом масло, распределяясь внутри соуса в виде мельчайших частичек (шариков) жира, придает соусу большую нежность.

Полученный соус применяется как самостоятельный соус для приготовления кулинарных изделий из рыбы и является основой для приготовления ряда производных соусов.

Цвет готового соуса — белый, вкус — кисловатый с запахом кореньев.

***Состав**: 2 стакана рыбного бульона 1 ст. ложка пшеничной муки, 3 ст. ложки масла, половина головки репчатого лука, половина корня петрушки или сельдерея, лимонная кислота и соль по вкусу.*